

13 MARZO 2025 GIORNATA MONDIALE DEL RENE



Giornata Mondiale del Rene

13 MARZO 2025



COME STANNO I TUOI RENI?

**Promuovere la diagnosi precoce
per proteggere la salute dei reni**



#WorldKidneyDay
#AreYourKidneysOK
worldkidneyday.org

World Kidney Day is a joint initiative of
ISN IFKF-WKA
© World Kidney Day 2006 - 2025



Prevenire le malattie renali è possibile. Puoi cominciare seguendo queste semplici regole.

8 REGOLE D'ORO

PER PREVENIRE LE MALATTIE RENALI

- 1 Mantieniti **attivo** e in forma.
- 2 Controlla periodicamente i **livelli di zucchero nel sangue**.
- 3 Controlla periodicamente la **pressione sanguigna**.
- 4 Segui una **dieta sana** e bilanciata.
- 5 Mantieni un adeguato e regolare apporto di **liquidi**.
- 6 **Non fumare**.
- 7 Assumi **farmaci** solo sotto stretto controllo medico.
- 8 Tieni sotto controllo la funzione renale (azotemia, creatinina, esame urine), soprattutto se sei un soggetto a rischio.

In occasione della **Giornata Mondiale del Rene 2025**, la Fondazione Italiana del Rene (FIR) e la Società Italiana di Nefrologia (SIN) sostengono moltissime iniziative su tutto il territorio italiano.

PORTE APERTE IN NEFROLOGIA

Numerosi **centri di Nefrologia e/o Dialisi** aderiscono al progetto "Porte Aperte in Nefrologia", conducendo **gratuitamente attività di screening** (visita, misurazione pressione arteriosa, esame urine), distribuendo materiali informativi e invitando i soggetti positivi allo screening a successivi controlli nefrologici. Verifica nel sito web della FIR le attività vicino a te!

ATTIVITÀ DI SCREENING NELLE PIAZZE, CENTRI DI ACCOGLIENZA E PALESTRE

Attività gratuite di screening nei centri di accoglienza locali in **centri sportivi/palestre** e in numerose piazze italiane. In collaborazione con **Croce Rossa Italiana**.

PROGETTO SCUOLE E INFORMAZIONE

Incontri informativi e di screening nelle scuole **dedicate ai giovani studenti** con distribuzione di materiale informativo.

ATTIVITÀ DI SENSIBILIZZAZIONE PRESSO FARMACIE E MMG

Distribuzione di opuscoli informativi dedicati al tema centrale della GMR 2025 ed alla **Malattia Renale Cronica**.

PUNTI INFORMATIVI, CONVEGNI E CONFERENZE

MONUMENTI ILLUMINATI IN MOLTE CITTÀ

**Vuoi partecipare ed aiutarci a raggiungere i nostri obiettivi?
puoi sostenerci con una donazione.**

Monitora la funzione renale con l'App myFIR

- Monitora i tuoi reni
- Diario alimentare
- Inserisci i parametri vitali
- Registra la terapia prescritta
- Ricette personalizzate
- Accedi alle novità FIR

Controlla come funzionano i tuoi reni con l'App myFIR Scaricala su

Nel sito web della Fondazione Italiana del Rene e nel sito web della Società Italiana di Nefrologia troverai inoltre molte altre informazioni dedicate. Contattaci per porre quesiti specifici, inviando una mail a contatti@fondazioneitalianadelrene.org. Ti risponderà uno specialista Nefrologo.

Ti invitiamo a consultare anche il nuovo Forum della FIR dedicato alla malattia renale: www.fondazioneitalianadelrene.org/forum/

Con il contributo incondizionato di

AMGEN astellas AstraZeneca BAYER Boehringer Ingelheim ESTOR

FLAVIS FRESENIUS KABI FRESENIUS MEDICAL CARE GADA NIPRO NOVARTIS Vantive VIFOR PHARMA

Dona il tuo 5x1000 alla FIR
CF: 94216060635
Ogni donazione è un piccolo gesto che può aiutare tante persone.

www.fondazioneitalianadelrene.org

Email: contatti@fondazioneitalianadelrene.org

Tel.: 06.4465270 (lunedì-venerdì, ore 9:00-17:00).

SEGUICI ANCHE NEI NOSTRI CANALI SOCIAL

