

# Анализы для отслеживания функции почек



Важно быть уверенным, что почки функционируют правильно.

При наличии диабета состояние здоровья почек необходимо проверять не менее одного раза в год. Спросите у врача, какие анализы необходимо сдать для проверки состояния здоровья почек.

## Как диабет влияет на почки?



Высокое артериальное давление может повреждать кровеносные сосуды в почках и затруднять работу почек. С течением времени способность почек отфильтровывать продукты распада в крови снижается и белок из крови попадает в мочу. Это явление называется *протеинурия* (протеинурия).

Заболевания почек не всегда поддаются полному излечению, но ранняя диагностика может позволить снизить ущерб здоровью. Поэтому важно проверять функцию почек в соответствии с рекомендациями врача.

## Проверка здоровья почек

Врач может отслеживать состояние здоровья ваших почек с помощью различных анализов, к ним относятся:

Название анализа	Для чего нужен
<b>Белок в моче</b> (также известен как <i>анализ на протеинурию</i> )	Позволяет проверить наличие небольшого количества белка <i>альбумина</i> в моче. Это может свидетельствовать о заболевании почек.
<b>Креатинин в сыворотке</b> (креатинин в сыворотке)	<ul style="list-style-type: none"><li>• Позволяет определить наличие креатинина в крови.</li><li>• Позволяет определить наличие в крови креатинина — продукта распада. В норме почки служат для фильтрации креатинина в крови. Если работа почек нарушена или фильтрация не осуществляется должным образом, креатинина в крови становится слишком много.</li></ul>

Продолжение на обратной стороне →



## Отслеживание результатов

Попросите у лечащего врача результаты ваших анализов. Запишите их в табличку ниже или внесите в дневник. Так вы сможете отслеживать изменения состояния здоровья почек с течением времени.

Название анализа	Мои результаты	Нормальные значения	Что могут означать результаты
Анализ на белок в моче	Дата: _____ Результаты: _____ мг <sup>†</sup>	Ниже 30 мг*	Результат 30 мг или выше может свидетельствовать о заболевании почек.
Анализ на креатинин в сыворотке	Дата: _____ Результаты: _____ мг/дл <sup>†</sup>	Для мужчин: 0,7–1,4 мг/дл Для женщин: 0,6–1,0 мг/дл	Если функционирование почек нарушено, содержание креатинина в крови растёт.

\*Рекомендации Американской диабетологической ассоциации, 2021 г.  
<sup>†</sup>мг означает миллиграммы. мг/дл означает миллиграмм на децилитр.

## Что такое СКФ?

СКФ — это скорость клубочковой фильтрации (скорость клубочковой фильтрации). С помощью показателей СКФ врач может определить, насколько хорошо почки удаляют продукты распада из крови.



**Мои результаты**

Дата: \_\_\_\_\_ Значения СКФ: \_\_\_\_\_

---

Дата: \_\_\_\_\_ Значения СКФ: \_\_\_\_\_

---

Дата: \_\_\_\_\_ Значения СКФ: \_\_\_\_\_

---

Дата: \_\_\_\_\_ Значения СКФ: \_\_\_\_\_

---

Дата: \_\_\_\_\_ Значения СКФ: \_\_\_\_\_

---

<sup>‡</sup>Единицы измерения СКФ — мл/мин/1,73 м<sup>2</sup> ППТ (площадь поверхности тела).

<sup>§</sup>Рекомендация Американской диабетологической ассоциации, 2021 г.



Более подробную информацию, касающуюся здоровья почек, см. на веб-сайте Национального почечного фонда [www.kidney.org](http://www.kidney.org). Для получения дополнительных сведений звоните по телефону 1-800-622-9010.

# Tests for kidney health



It's important to know whether your kidneys are working the way they should.

People with diabetes should get their kidneys checked at least once a year. Ask your healthcare provider about tests to check your kidney health.



## How diabetes may affect your kidneys

High blood pressure may damage the blood vessels of the kidneys, making your kidneys work harder. Over time, the kidneys are less able to filter waste from your blood causing protein in the blood leaks into the urine. This is called *albuminuria* (al-BYOO-mih-NOR-ee-ah).

Kidney disease cannot always be stopped, but when found early, there may be treatments to slow down the damage. That's why it's important to have your kidneys checked as often as your healthcare provider recommends.

## Checking for kidney health

Your healthcare provider can track your kidney health using different types of tests, such as:

Name of test	What it does
<b>Urine protein</b> (also called an <i>albuminuria</i> test)	Checks for small amounts of protein, called <i>albumin</i> , in your urine. This may be a sign of kidney disease.
<b>Serum creatinine</b> (SEE-rum kree-AT-ih-noon)	<ul style="list-style-type: none"><li>• Checks for creatinine in the blood.</li><li>• Checks for a waste product in the blood called creatinine. Normally, the kidneys filter it from the blood. When the kidneys don't work or filter like they should, your blood has too much creatinine.</li></ul>

See other side 



## Keeping track of your results

Ask your healthcare provider for your test results. Write them down in the charts below or keep track in a calendar or diary. This may help you understand how your kidney health is changing over time.

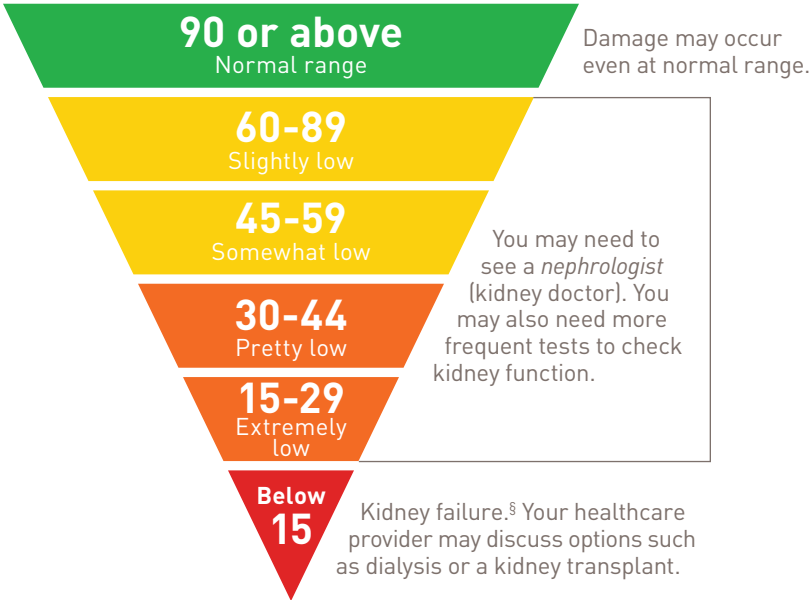
Name of test	My results	Normal results	What results may mean
Urine protein test	Date: _____ Results: _____ mg <sup>†</sup>	Below 30 mg*	A result of 30 mg or higher may be a sign of kidney disease.
Serum creatinine test	Date: _____ Results: _____ mg/dL <sup>†</sup>	<b>For men:</b> 0.7 to 1.4 mg/dL <b>For women:</b> 0.6 to 1.0 mg/dL	When kidneys aren't working well, creatinine in the blood goes up.

\*American Diabetes Association 2021 recommendations.  
<sup>†</sup>mg means milligrams. mg/dL means milligrams per deciliter.

## What is GFR?

GFR stands for glomerular (glo-MEHR-yoo-lur) filtration (fil-TRAY-shun) rate. The GFR helps your healthcare provider understand how well your kidneys are removing waste products from your blood.

### What do the GFR<sup>‡</sup> numbers mean for kidney function?



### My Results

Date: \_\_\_\_\_ GFR Results: \_\_\_\_\_

---

Date: \_\_\_\_\_ GFR Results: \_\_\_\_\_

---

Date: \_\_\_\_\_ GFR Results: \_\_\_\_\_

---

Date: \_\_\_\_\_ GFR Results: \_\_\_\_\_

---

Date: \_\_\_\_\_ GFR Results: \_\_\_\_\_

---

<sup>‡</sup>The unit of measurement for GFR is mL/min/1.73 m<sup>2</sup> body surface area.  
<sup>§</sup>American Diabetes Association 2021 recommendation.



For more information on kidney health, visit the National Kidney Foundation website at [www.kidney.org](http://www.kidney.org). For more information call 1-800-622-9010.

