

Bli medlem!



Njurförbundet

Stockholm Gotland

Vi finns till för dig och dina anhöriga
Som medlem gör du skillnad





Njurförbundet – för ett rikt och långt liv

Njurförbundet bildades 1969, fem år efter den första njurtransplantation i Sverige, som en ideell organisation med övergripande uppgift att bevaka njursjukas intresse i samhället. Vi påverkar, sprider kunskap, skapar gemenskap och främjar forskning.

Vår vision är att alla med njursjukdom ska kunna leva ett rikt och långt liv. Jämlig vård, individanpassad dialys och att hinder för organdonation undanröjs, är tre av våra hjärtefrågor. Njurförbundets främsta uppgift är att främja och tillvarata njursjukas intresse beträffande behandling, vård, rehabilitering och social trygghet. Arbetet utgår ifrån Njurförbundets idéprogram och riktlinjer för god njursjukvård.

Njurförbundet vill helt enkelt skapa ett bra liv för personer med njursjukdom. Utifrån vår gemensamma erfarenhet och kunskap lyfter vi fram behov och brister. Njurförbundet är en del av opinionen och visar på lösningar som både kan ge njursjuka ett bättre liv och är bra för samhället.

NJURFÖRBUNDET STOCKHOLM GOTLAND

Njurförbundet Stockholm Gotland, som förkortas NjSG, är Njurförbundets regionala organisation som lyfter de regionala frågorna. NjSG, som bildades 1970, ingår i riksförbundet och är en ideell förening som drivs av och för människor som har problem med sina njurar.

NjSG välkomnar alla som genom sitt medlemskap önskar ta del av och stödja Njurförbundets verksamhet.



Stöd njurforskning
som förlänger liv.

Swish: 900 36 74
Gåvotet: 020-900 100
Plusgiro: 90 03 67-4
Gåvobevis: njurfonden.se

**njur
fonden**



Om njursvikt

Njurförbundet vänder sig framförallt till den som befinner sig i olika stadium av njursvikt, men även till närstående och andra som är intresserade av dessa frågor. Vi vill hjälpa dig och dina närstående att få ökad kunskap om njursviktens olika stadier för att både du och dina anhöriga ska känna er välinformerade och trygga i de kommande behandlingarna.

NJURSVIKTENS OLIKA STADIER

Stadium 1-2 innebär att njurfunktionen är lätt nedsatt. I detta stadium märker man oftast inte själv att något är fel och även blodprov kan visa på normala värden. Urinprov kan visa på proteinläckage.

Stadium 3 visar på måttlig njursvikt. Man kan då se ett förhöjt kreatinin-värde via blodprov samt ett förhöjt blodtryck. I detta stadium är det viktigt att man tidigt sätter in behandling i form av blodtryckssänkande mediciner samt mediciner för kalk/fosfatbalans. Målet med behandlingen är att bromsa försämring av njurfunktionen och minska risken för hjärt- och kärlsjukdomar.

När man når **stadium 4-5** uppstår symptom. I detta stadium krävs mediciner för att justera den obalans som kroppen drabbas av vid svårare nedsatt njurfunktion. När endast 5–10 procent av njurfunktionen återstår, inleds njurersättande behandling d.v.s. dialys eller transplantation.

KOST- OCH LEVNADSVANOR

Två saker som man själv kan hjälpa sig med i sin njursvikt är att ta sin medicin och ändra sina kost- och levnadsvanor.

VAD ÄR DIALYS?

Dialys är en livsuppehållande behandling som innebär att man på konstgjord väg renar blodet. Samtidigt tar dialysen bort det överskottsvatten som normalt försvinner då man kissar.

TRANSPLANTATION

Njurtransplantation innebär att en frisk njure från en donator (levande eller just avliden) opereras in hos den vars njurfunktion har upphört. Ungefär var tredje njurtransplantation genomförs med organ från en levande donator.



MEDLEMSKAPET HAR GETT OSS VÄNNER FÖR LIVET!

Annicas son lever med njursvikt

Min son Karolis är idag 13 år och han är född med en genetisk mutation som heter nefropatisk cystinos.

Sjukdomen har bland annat lett till att han idag har kronisk njursvikt och inom några år kommer han att behöva dialys eller transplantation. När vi fick hans diagnos för nio år sedan kände vi oss oerhört ensamma. Vi kände ett stort behov av att träffa andra och lära oss mer om vad det innebär att leva med njursvikt.

Då hittade vi Njurförbundet och blev medlemmar i Njurförbundet Stockholm Gotland. Via Njurförbundets "barn- och föräldragrupp" har vi lärt känna många familjer som genomgår liknande saker som vi, har lärt oss massor om hur livet med dialys eller efter transplantation kan bli och dessutom fått vänner för livet.

Medlemskapet har hjälpt oss alla i familjen att förstå att vi inte är ensamma och att man kan leva ett långt och rikt liv även med njursvikt. Vi är inte längre oroliga på samma sätt för vad som kommer att ske så småningom utan känner oss väl rustade för framtiden.

Jag tror att alla som kommer i kontakt med njursvikt behöver få känna att de inte är ensamma, oavsett om de är nydiagnostiserade, i dialys, transplanterad, anhörig eller bara känner att de vill stödja forskningen och här är alla lika välkomna.

Länk till **patientfilmer**:
www.njurdagboken.se/patientfilmer/

Baxter

Min njurresa



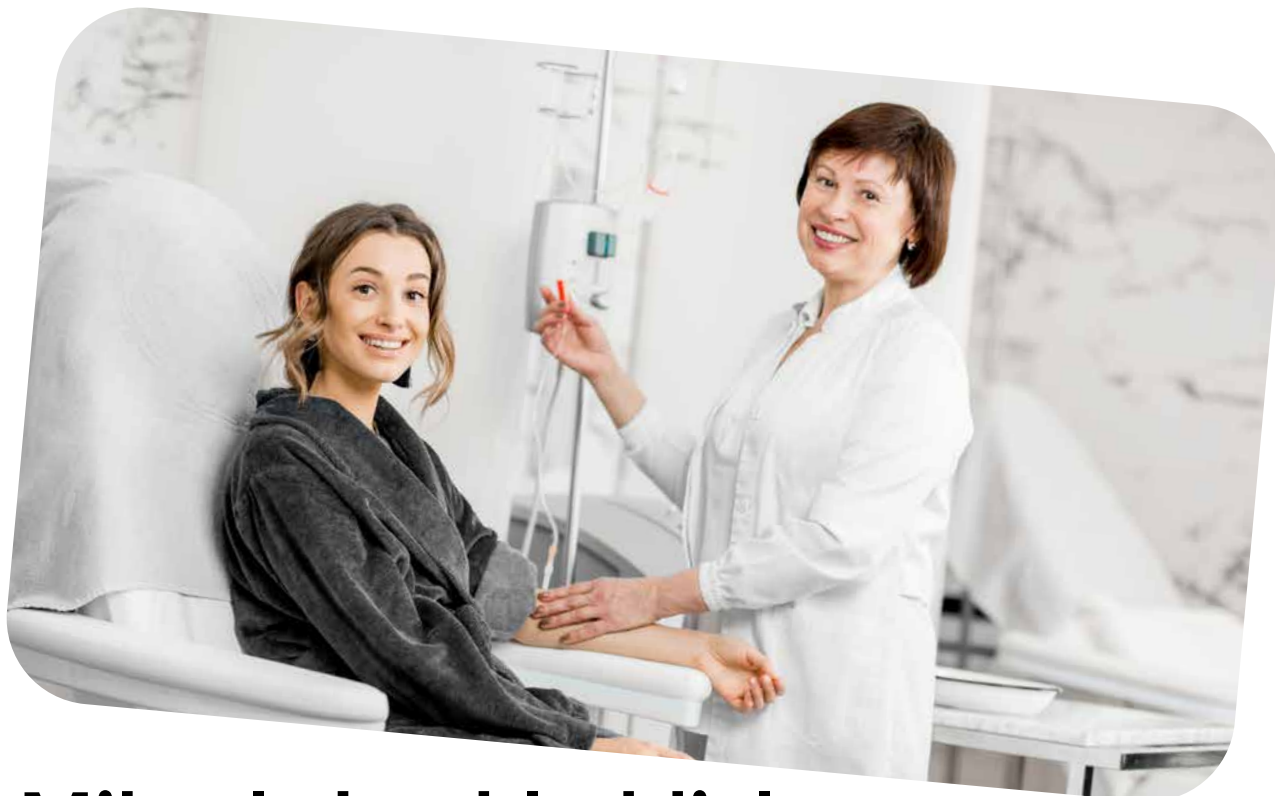
Lev bra med dialys

För att leva ett bra liv med kronisk njursjukdom (CKD) behöver du kunna fatta fördelaktiga beslut.

Utforska Min njurresa för att lära dig hur du kan hålla dig fysiskt och psykiskt hälsosam och leva ett bra liv när du får dialys.



SCAN ME



Personen på bilden är inte den i berättelsen.

Mikaela har bloddialys sedan 2006

Mikaela heter jag och är 36 år. Jag har sedan 2006 bloddialys efter att ha förlorat även mitt andra transplantat. Numera sköter jag min dialysbehandling själv.

Bloddialys, även kallad HEMO-dialys, får man antingen via en kateter på bröstet (CDK= Central dialyskateter) eller via en AV-fistel – där en ven och artär är ihopsydda för att få ett kraftigt kärl med kraftigt flöde i, som klarar det höga flödet under dialysen. Kan man inte ha en AV-fistel kan man få en s.k. graft. Det är ett konstgjort kärl som opereras in i kroppen om man har för svaga kärl för en fistel.

Under bloddialysen, som antingen kan utföras antingen i hemmet eller på sjukhus låter man blodet gå genom en maskin som renar blodet genom ett filter, som även kallas ”njuren”. Under behandling tar man bort överflödigt vätska och slaggprodukter från kroppen som njurarna

vanligtvis gör på en frisk människa. En behandling tar mellan 4 och 4,5 timme. När man går på dialys har man oftast ingen urinproduktion eller väldigt liten produktion. Som dialyspatient har man då vätskerestriktioner, vilket betyder att du bara får dricka en viss mängd per dygn för att inte vara övervätskad när man kommer till dialysen. För att kunna räkna ut hur mycket vätska som tas bort får man väga sig före och efter dialysen för att se om man kommit ner till sin torrsvikt.

Genom mitt medlemskap och styrelseuppdrag i NjSG kan jag både dela med mig av mina erfarenheter och ta del av andras. Dessutom håller jag mig uppdaterad om mina framtida möjligheter till en ny transplantation.



Semestra i storstaden eller på landet?

Diaverum har kliniker i Stockholm & Falköping där vi kan erbjuda dig att tryggt och enkelt få samma dialysbehandling som du får hemma! Kontakta oss på sverige@diaverum.com för att boka din behandling.





Vi vill göra skillnad

NjSG vill göra tillvaron för personer som lever med nedsatt njurfunktion bättre. Detta gör vi genom en rad olika aktiviteter. Några exempel på hur vi arbetar med detta är:

- Intressepolitiskt arbete som ska gagna personer med nedsatt njurfunktion inom regionen.
- Träffar politiker, tjänstemän och företrädare inom hälso- och sjukvården för att förtydliga patienternas verklighet och politikernas utmaningar.
- Anordnar föreläsningar om aktuella frågor inom njursjukvården.
- Lättare gymnastik
- Rehabiliteringsdagar/-helger

Några exempel på frågor där vi har nått framgång är t.ex. månatlig ersättning till personer som är 65 år eller äldre som startat dialys som egenvård i hemmet, prioritering av njursjuka vid vaccinering av covid-19 samt ersättning från Försäkringskassan till olika riskgrupper.

EN MÄNGD OLIKA MEDLEMSAKTIVITETER

Som medlem i NjSG är du välkommen att delta i en rad olika aktiviteter. Samtliga aktiviteter kan du hitta på vår regionala webbsida eller få per e-post till våra medlemmar. Exempel på aktiviteter som vi arrangerar är:

- Medlems- och anhörigträffar
- Dagsresor och studiebesök

PREVENTIVT ARBETE

Ett av Njurförbundets fokusområden är det angelägna med att sätta in preventiva åtgärder i ett tidigt skede för att på så sätt mildra eller fördröja utvecklingen av njursvikten. Genom tidiga insatser kan i många fall ett framtida behov av dialys eller transplantation senareläggas eller ibland helt utebli.

NjSG arbetar för att alla ska kunna må bra och leva ett rikt liv. Därför står vi bakom FN:s globala mål för hållbar utveckling.



GLOBALA MÅLEN
för hållbar utveckling

Bli medlem

Som medlem i Njurförbundet får du stöd och hjälp för att kunna leva ett gott liv som njursjuk, transplanterad, donator eller närstående. Ditt medlemskap är också ett viktigt bidrag till vårt arbete för att alla njursjuka ska kunna leva ett bra liv.

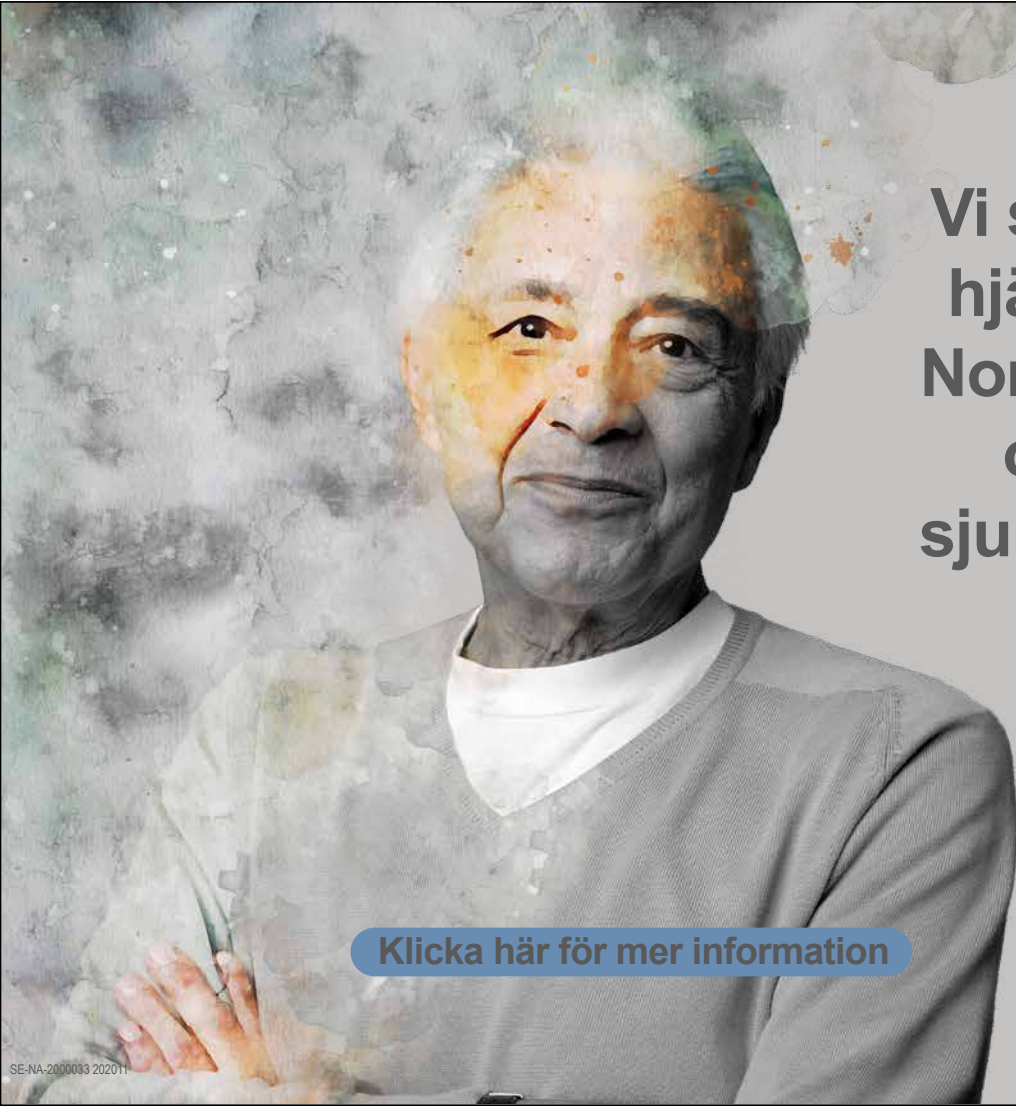
SÅ BLIR DU MEDLEM

1. Skanna QR-koden nedan eller använd följande länk för att komma direkt till registreringen:
www.njurforbundet.se/bli-medlem
2. Registrera dig via formuläret.
3. Betala avgiften via Swish 123 630 13 29 samt ange ditt namn och telefonnummer. Har du inte Swish kan du betala enligt instruktioner i formuläret.



SOM MEDLEM FÅR DU:

- Medlemskap i regionföreningen Njurförbundet Stockholm Gotland
- Automatiskt medlemskap i riksorganisationen Njurförbundet.
- Medlemstidningen Njurfunk 4 ggr/år.
- Informationsblad från NjSG om njurfrågor i din region 4 ggr/år.
- Ökad kunskap om din sjukdom, behandling, möjligheter och rättigheter.
- Information om det som händer inom njursjukvården, t.ex. remisser och ny lagstiftning.
- Gemenskap och erfarenhetsutbyte tillsammans med andra som är i samma situation.
- Möjlighet att delta i resor, medlemsarrangemang och kurser inom såväl Njurförbundet som NjSG.



Vi strävar efter att hjälpa patienter i Norden med svåra och kroniska sjukdomar att leva ett bättre liv.



[Klicka här för mer information](#)

info.nordic@viforpharma.com • www.viforpharma.se



Njurförbundet

Stockholm Gotland

Vill du veta mer?

Här finner du mer information om att leva med njursjukdom, leva med dialys, bli donator, bli transplanerad eller att vara närstående.

Njurförbundet

www.njurforbundet.se

Njurdagboken

www.njurdagboken.se

Njurfonden

www.njurfonden.se

VILL DU ENGAGERA DIG? HAR DU FRÅGOR?

Njurförbundet Stockholm Gotland
S:t Göransgatan 84
112 38 Stockholm

08 -653 39 10

stockholmgotland@njurforbundet.se

www.njurforbundet.se/foreningar/stockholm-gotland

