



COMESTANNO I TUOI RENI?



#WorldKidneyDay
#AreYourKidneysOK
worldkidneyday.org

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



Galleria Centrale Policlinico Tor Vergata

UOSD Nefrologia e Dialisi

Attività di sensibilizzazione e colloqui informativi dedicati
alla prevenzione delle malattie renali

8 REGOLE D'ORO

- 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.

dalle 9.00
alle 13.00

OPEN DAY