

# Världsnjurdagen. Moderna metoder hjälper – sund livsstil kan förebygga

KALMAR

Att drabbas av svårt nedsatt njurfunktion kräver sjukvård. Blir njurfunktionen så nedsatt att det krävs dialys eller transplantation dör du utan den, så allvarlig är sjukdomen säger Johan Good, sektionsöverläkare på njurenheten i Kalmar.

Njursjukdomar och då framförallt de med allvarlig prognos upptäcks och behandlas idag tidigare än för 20 år sedan. Njurenheten på länsjukhuset i Kalmar har på sin mottagning ca 700 patienter som de regelbundet följer. Dessa består av

de som behöver dialys, transplanterade, har svårt nedsatt njurfunktion eller behandlas för njurinflammation. Även de som donerat en njure följs via sköterskemottagningen.

– Det har skett ett skifte inom njursjukvården de sista cirka tio åren, mycket beroende på att fler i dag transplanteras. I dag har vi fler patienter som är transplanterade än som går i dialys och den skillnaden kommer att öka, då transplanterade till skillnad från dialyserade patienter har normal livslängd. I dag har vi 100 patienter i dialys och



136 transplanterade, säger **Johan Good**. Förutom de 700 patienter som följs via Kalmar sköterskjenheten i Västerby ytterligare cirka 175 patienter.

– Sett till den höga medelåldern i vårt län förväntar vi oss att antalet patienter som kommer att behöva njursjukvård och i sämsta fall dialys kan öka. Vi ser dock att det utmärkta förebyggande arbete som sker i primärvården minskar behovet av sjukhusvårdande insatser både vad gäller komplikationer i stort, men även avseende behovet av framtida dialysbehandling.

**Kan jag själv minska risken att drabbas av njursjukdom via livsstilsförändringar?**

– En sund livsstil är förebyggande för alla sjukdomar inkluderande njursjukdom. Framförallt är högt blodtryck, övervikt och diabetes separata riskfaktorer för njursjukdom. Tyvärr finns det inflammatoriska njursjukdomar som vi inte kan påverka med livsstil.

– **Patienterna från** vårt län transplanteras i Göteborg och med levande donatorer går 98-99 procent av transplantationerna bra. Även de som transplanteras med avliden donator fungerar mycket väl. De allra flesta kan sedan leva ett bra liv

men med livslång behandling och kontroller.

– Köerna till transplantation är beroende av om du har en levande donator, oftast en nära släkting, eller om du väntar på en njure från en avliden donator. Finns det en levande donator är utredningen cirka sex månader och därefter kan man bli transplanterad. Behöver man vänta på en avliden donator kan väntetiden avariera. De flesta står i kö mellan två och fyra år, något som troligen kommer att öka med tanke på pandemin. Vi hoppas innerligt att vi snart kan få verksamheten att fungera normalt igen då den verkligen behövs säger Johan Good

**Hur ser på framtiden för njursjukvården?**

– Vi har gjort stora framsteg. Samarbetet med primärvården och transplantationsverksamheten tillsammans med förfinade metoder att behandla inflammatoriska njursjukdomar gör stor skillnad. Det är viktigt att fortsatt utveckla behandlingar och dialysverksamhet, samtidigt som vi måste utnyttja resurserna maximalt. Vi är bra men kan alltid bli bättre.

**Mats Andersson**  
Text



mats.andersson@barometern.se



”Sanningen är ju att utan sjukvården, transplantationerna främst, vet jag ju inte vad som hänt mig.” FOTO: ROGER CARLSSON

## Fakta Njursjukdom

- Cirka en miljon svenskar beräknas ha kronisk njursjukdom. Drygt 500 000 svenskar har måttligt nedsatt njurfunktion. Kronisk njursjukdom är en tyst sjukdom som kommer smygande, först utan symtom.
- Riskfaktorer är bland andra hög ålder, diabetes, högt blodtryck, övervikt, åderförkalkning och hjärt-kärl-

sjukdomar.  
• I Kalmar län har ungefär 900 personer någon njursjukdom.  
• Njursjukdom kan enkelt upptäckas med urinprov och/eller blodprov.  
• Högt blodtryck är ett vanligt tecken på att njurarna inte fungerar som de ska.  
Källa: Njurförbundet/Region Kalmar län

Jag är transplanterad två gånger, båda gångerna har jag fått en njure av en anhörig. Dessa behandlingar har betytt allt för mig.



**Claes Mollén**



## Claes Mollén: ”Vi behöver fler friska donatorer”

KALMAR LÄN

Det är 30 år, minst, sedan Claes Mollén i Oskarshamn drabbades av njurproblem. I dag konstaterar han: ”Jag har kunnat leva i ganska normalt liv tack vare sjukvården.”

Claes Mollén arbetar som teknik- och säkerhetschef på Smålandshammar. Han fyller i år 66 år och har levt med svår njursjukdom i, som han själv beskriver det, ”hur många år som helt, men i alla fall mer än 30 år”. Förutom sitt arbete är

Claes Mollén också ordförande för Njurföreningen i Kalmar län. I den rollen arbetar han hårt för att öka kunskapen i samhället om just njursjukdomar, behandlingar och konsekvenserna för patienterna.

– Njursjukdomar är, tyvärr, en dold diagnos. Vi som har njursjukdom, våra anhöriga och andra behöver synas mycket mer för att lyfta fram sjukdomarna. Vi behöver exempelvis få fler friska donatorer och utan kunskap om sjukdomarna

är det svårt, säger Claes Mollén.

**Under sina år** som njursjuk har Claes Mollén levt med olika behandlingar, från medicin via dialys till transplantation.

– Jag är transplanterad två gånger, en för 26 år sedan och en för sex år sedan. Båda gångerna har jag fått en njure av en anhörig. Dessa behandlingar har betytt allt för mig, säger Claes Mollén.

**Du har levt med njursjuk-**

**dom länge. Hur har du upplevt sjukvården under de här åren?**

– Det har hänt väldigt mycket, både med behandlingarna och med synen på sjukdomen. Första gången jag skulle transplanteras var det mycket krångel runt omkring. Det var både otroligt mycket tester men också en etisk diskussion om vem som kunde få donera en njure. Detta är helt annorlunda i dag, nu kan i princip vem som helst bli njurdonator.

– Och sanningen är att utan sjukvården, transplantationerna främst, vet jag inte vad som hänt mig. Nu kan jag se tillbaka på både ett bra liv privat och ett bra yrkesliv. Jag har arbetat i princip hela tiden, det går alldeles utmärkt att med modern teknik sköta det mesta hemifrån, när så behövs, säger Claes Mollén.

**Vad tror du om framtiden?**

– Jag hoppas och tror att utvecklingen kommer att gå mot mer undersökningar och behandlingar sker

via primärvården. Och eftersom den medicinska utvecklingen går framåt hela tiden kommer säkert mycket, både mediciner och behandlingar att bli bättre. Men det jag hoppas är att våra anhöriga ska få en större roll i framtiden. Det är ju mina anhöriga som står mig närmast. De behöver mer information och också mer utbildning, säger Claes Mollén.

**Mats Andersson**

mats.andersson@barometern.se