

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 njurtransplantationen 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. Jämlik 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.

Se vår film här!



Om njursvikt

Njurförbundet vänder sig framför allt 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 kreatininvärde 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 att 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.



DIMI
Regain control

En tyst hemdialysmaskin för både PD och HD som är enkel att använda



MEDLEMSKAPET HAR GETT OSS VÄNNER FÖR LIVET!

Annicas son lever med njursvikt

Min son Karolis är idag 16 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, transplanterade, anhöriga eller bara känner att de vill stödja forskningen, och här är alla lika välkomna.

Länk till personberättelser!





**FRESENIUS
MEDICAL CARE**



stay•safe MyTraining VR: en ny verklighet inom PD-utbildning

stay•safe MyTraining VR hjälper dig att förbereda dina patienter för peritonealdialysbehandling i hemmet.

- **Påsbyte steg för steg** – Guidning med hjälp av en virtuell sjuksköterska
- **Intuitivt att använda** – Den virtuella utbildningen stödjer självständig träning

- **Ger självförtroende** – Omedelbar återkoppling med vägledning
- **Språkalternativ** – Hjälper till att övervinna språkbarriärer

Gör virtuell verklighet till en del av din verklighet!

Fresenius Medical Care Sverige AB, Box 548 S-192 05 Sollentuna.
Telefon +46 (0)8-594 77 600
<http://www.freseniusmedicalcare.se>

stay•safe MyTraining VR och VR-glasögonen är inte medicintekniska produkter.



DEN 7:E JANUARI KOM ÄNTLIGEN SAMTALET!

Mikaela hade bloddialys sedan 2006 – nu transplanterad!

Mikaela heter jag och är 38 år. Jag har sedan 2006 bloddialys efter att ha förlorat även mitt andra transplantat. I januari 2024 fick jag en ny njure!

OM BLODDIALYS

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 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 torrvekt.

OM TRANSPLANTATION

I sjutton år har jag nu väntat på en ny njure. Den 7:e januari så kom äntligen samtalet. Den 8 januari så satte man in en ny njure i mig. Detta kunde ske genom den så kallade DCD-metoden. DCD-metoden innebär att donation kan ske från en person med hjärtstillestånd och inte enbart såsom tidigare från den som konstaterats hjärndöd. Detta medförde en förändring redan under det första halvåret 2022, då det transplanterades lika många njurar som året innan.

OM MEDLEMSKAPET I NJSG

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 min framtid.

Har du nyligen fått diagnosen kronisk njursjukdom?



Min njurresa



Har du nyligen fått diagnosen kronisk njursjukdom?



Känns det svårt att välja rätt behandling?



Oroa dig inte! Min njurresa kommer att kunna guida och supportera dig med information!

Scanna qr-koden eller besök www.mykidneyjourney.baxter.se



SCAN ME



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.

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 MEDLEMS-AKTIVITETER

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 om du är medlem. Exempel på aktiviteter som vi arrangerar är:

- Medlems- och anhörigträffar.
- Dagsresor och studiebesök.

- Lättare gymnastik.
- Rehabiliteringsdagar/-helger.

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. Använd följande länk för att komma direkt till registreringen:
www.njurforbundet.se/bli-medlem
2. Registrera dig via formuläret.
3. Betala avgiften enligt instruktioner i formuläret. Betalning kan då även ske via Swish.



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.

SLUTAKLIA.NU
DIALYS OCH KLÅDA BEHÖVER INTE GÅ HAND I HAND



Skanna QR-koden
för att läsa mer!

Upplever du klåda i samband med din dialysbehandling, prata med din läkare. Det finns hjälp att få.

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

CSL Vifor

SE-DFK-2300016



Information och opinionsbildning

Tidig upptäckt av njursvikt är avgörande för individens hälsa, välbefinnande och samhällets resurser. Genom att vara medveten om riskfaktorer och att söka vård i tid kan vi alla bidra till att minska njursviktens försämringstakt.

FÖRBÄTTRAD KUNSKAP OCH MEDVETENHET

Njurförbundet informerar patienter, vårdpersonal, allmänheten och politiker om njursjukdomar och deras påverkan. Genom kampanjer, utbildningsmaterial och samarbeten ökar vi medvetenheten om njurhälsa och tidig upptäckt.

PATIENTMEDVERKAN OCH PÅVERKANSARBETE

Njurförbundet företräder njursjukas intressen gentemot myndigheter, hälso- och sjukvården samt institutioner och organisationer. Vi arbetar för att också skapa ett mervärde i hälso- och sjukvården genom patienters medverkan och delaktighet, samt visar på lösningar som gynnar njursjuka och samhället.



FORSKNING OCH UTVECKLING

Genom att aktivt stödja njurforskningen bidrar Njurförbundet till att förbättra kunskapen om njursjukdomar. Vi påverkar också politiken för att främja forskning och utveckling inom njurhälsa. Njurförbundet är en av initiativtagarna och grundarna till Njurfonden.

SAMHÄLLSDEBATT OCH OPINIONSBILDNING

Njurförbundet deltar i debatter och projekt, och med bland annat pressmeddelanden och informationsmaterial lyfter fram frågor som rör patienter och njursjukdomar.



Ca 750 000 svenskar använder Tevas läkemedel varje dag

Redan för över 120 år sedan började Teva leverera läkemedel för att förbättra patienters hälsa. Idag hjälper vi miljontals patienter världen över.

Våra fokusområden är bland annat anemi vid kronisk njursvikt och immunsuppression efter transplantation.

Läs gärna mer om oss på teva.se



teva



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.njurforbundet.se/njurdagboken/

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