

## PREHRANA I DODACI PREHRANI KOD BOLESTI BUBREGA

Marizela Šabanović<sup>1</sup>, Jasmin Cikotić<sup>1</sup>, Midhat Jašić<sup>1</sup>, Almir Azabagić<sup>2</sup>, Radoslav Milicević<sup>3</sup>, Emilija Spaseska Aleksovska<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Farmaceutski fakultet Univerziteta u Tuzli, Univerzitetska 8, Tuzla, Bosna i Hercegovina

<sup>2</sup>Privatna ordinacija „Salus“ Tuzla, Dragodol 25, Tuzla, Bosna i Hercegovina

<sup>3</sup>Prehrambeno-tehnološki fakultet Osijek, Franje Kuhača 20, Osijek, Hrvatska

### **Sažetak**

**Uvod:** Najčešće bolesti bubrega su akutna i hronična upala ili nefritis, upala intersticija bubrega, nefrotski sindrom, bubrežni kamenci, degenerativne bolesti bubrega i bubrežni tumori. Pored općih načela pravilne prehrane kod bubrežnih bolesti neophodno je voditi računa o unosu minerala, proteina i vode. Restriktivne dijetete moraju biti individualno prilagođene svakom pacijentu i sprovedene uz liječnički nadzor. Danas se na tržištu nalaze i dodaci prehrani namijenjeni pacijentima koji boluju od bolesti bubrega.

**Cilj rada i metodologija:** Cilj rada je bio prikupiti, sistematizirati i analizirati raspoložive literaturne podatke i preporuke o prehrani i vodičima prehrane kod bolesti bubrega, te utvrditi koji dodaci prehrani se nalaze u apotekama, a namijenjeni su pacijentima koji boluju od bolesti bubrega.

Na osnovu raspoloživih znanstvenih i stručnih izvora opisana je prehrana i vodiči prehrane kod bolesti bubrega. Za prikupljanje podataka o dodacima prehrani koji se mogu naći u apotekama korišten je upitni list, na osnovu kojeg je izvršeno anketiranje magistara farmacije. Upitni list se sastoji od 6 pitanja koja se odnose na dodatke prehrani kod upale glomerula (*glomerulonefritis*), upale bubrega (*pijelonefritis*) i bubrežnog kamenca. U istraživanju je bilo uključeno 8 apoteka na području Tuzle.

**Rezultati:** Prehrana kod bubrežnog kamenca zavisi od vrste kamenca koji se stvara. Zajednička preporuka za sve vrste je uzimanje što više tekućine. Prehrana kod upale glomerula i upale bubrega podrazumijeva izjegavanje namirnica sa visokim sadržajem proteina, kalija, natrija i fosfora, te povećan unos kalcija. Od biljnih preparata kod upale se preporučuje čaj od plodova brusnice, uve i preslice. Dodaci prehrani koji se mogu koristiti kod bubrežnih bolesti nalaze se u obliku različitih farmaceutskih formi u gotovo svim apotekama. U praksi najčešći dodaci prehrani koji se propisuju ili preporučuju bolesnicima sa bubrežnim tegobama su biljni pripravci a rjeđe vitamini i minerali. Utvrđeno je da liječnici rijetko preporučuju pacijentima sa bubrežnim tegobama dodatke prehrani, dok većina ispitanih magistara farmacije to redovno čini. Magistri farmacije su izjavili da polovina pacijenata sa bubrežnim tegobama sami traže dodatke prehrani.

**Zaključak:** Kod bolesti bubrega izuzetno je važno uspostaviti pravilan balans unosa vode, minerala i proteina. Pravilan odabir dodataka prehrani može pomoći u liječenju bolesti. Neophodno je neprekidna edukacija zdravstvenih radnika o mogućnostima dijetotrapije, pravilne prehrane i upotrebe dodataka prehrani u tretmanu bubrežnih bolesti.

**Ključne riječi:** prehrana, dodaci prehrani, bolesti bubrega.