

# NJURE

Bra att veta om du bara har en njure efter cancerbehandling i barndomen.

## BAKGRUND

Njurarna hjälper kroppen att bli av med överskottsvätska och restprodukter. De reglerar också nivåerna av salter och mineraler i blodet och är delaktiga i att kontrollera blodtrycket. Vanligen har man två njurar, men en njure kan vara tillräcklig för att kroppen skall fungera normalt.

# SALUB

Svenska Arbetsgruppen för  
LångtidsUppföljning efter Barncancer



## VEM GÄLLER DET?

I samband med behandling för barncancer kan en njure behöva opereras bort, på grund av tumörväxt i eller nära njuren, eller en njure kan bli så skadad av tumör eller behandling att det bara finns en fungerande njure. Man kan leva ett helt friskt liv med bara en njure, men det är viktigt att ta hand om den.

## HUR UPPTÄCKER MAN NJURPROBLEM?

För att kontrollera njurfunktionen kan man:

- Kontrollera blodtrycket
- Kontrollera proteinhalten i ett urinprov
- Ta blodprover för att mäta njurfunktionen

## HUR BEHANDLAR MAN NJURPROBLEM?

Vid tidiga tecken på njurskada behöver man oftast ingen särskild behandling, men man kan behöva kontrolleras lite oftare eller följas upp av en njurspecialist (specialist i njurmedicin).

## HUR TAR JAG HAND OM MIN KVARVARANDE NJURE?

Drick ordentligt – särskilt om det är varmt.

Sök vård om du får besvär från urinvägarna (smärta på ena sidan av ryggen, värk i nedre delen av buken, blod i urinen, täta trängningar att kissa).

Informera vården om att du bara har en njure, så att man om möjligt kan undvika njurskadliga läkemedel. Var försiktig med receptfria läkemedel, om du inte är säker på att de inte är njurskadliga.

Kontrollera blodtryck och lämna blod- och urinprover regelbundet enligt de rekommendationer du fått.

Ät en balanserad kost och försök begränsa ditt saltintag. Träning är bra eftersom det kan bibehålla ett lågt blodtryck.

## RÅD OM FYSISK AKTIVITET OCH KOST FINNS PÅ:

Fysisk aktivitet – Folkhälsomyndigheten – [www.folkhalsomyndigheten.se](http://www.folkhalsomyndigheten.se)

Kostråd – Livsmedelsverket – [www.livsmedelsverket.se](http://www.livsmedelsverket.se)

## DETALJERADE REKOMMENDATIONER KRING UPPFÖLJNING EFTER BARNCANCER FINNS PÅ:

Nationella vårdprogram cancer – RCC – [www.cancercentrum.se](http://www.cancercentrum.se)

Om du har några frågor är du välkommen att kontakta din uppföljningsmottagning eller prata med din läkare på vårdcentralen.