

# BUUCH

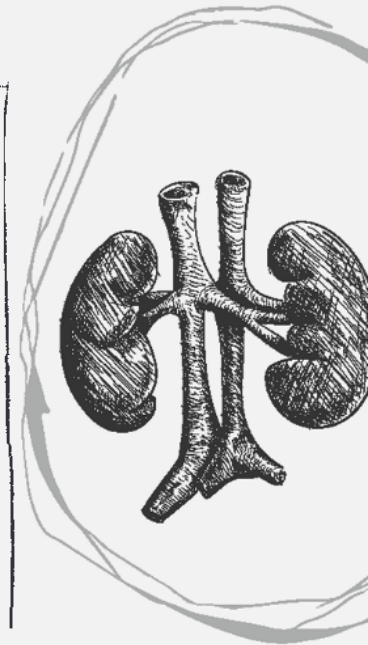
# RAKT

A klou el rektel a buuch (CKD) a tara bedengel a rakt el me chemolt er sel bla bol mechitechut malchub eng mo metemall.

CKD a klou el rakt el oumesind eng mor tirkel di mla ngarngii a rektel a chaidireng er tir, mar hai blad, ar sukal, ma toku ni ar mekedelebuu.

## STATISTICS

- A subed el loltobed er ngii a obis era orretel ma terbengel a mekngit el rakt, a melekoi el kmo **37 million el meklou el chad er a US** a lomdasu e te CKD, engdi te di ngara rau el beluu.
- Oltirakl era spedel a National Kidney Foundation:
  - **1 era chesel a 3** meklou el chad era beluu era Merikel a sebecherir el
  - Delongelel a rak era 2000 ma 2010 ea idisir ar smecher er tial rakt el sukal a uchul **a mla ngmasech** el uldimukl er tir a rechad era merikel ma asia el 30-39 a rekrir.
- Ea kuk rektel a buuch era beluu era Hawaii **30% el muut el ngarbab** era kuk ildisir ar smecher er tial rakt era beluu el rokir. Uldimukl era rechad el tir a omias el ngara omesilek a ngarngii a rechad era merikel el ulechell era asia ma rechad era Hawaii ma rechad era basibik, rechad era siabal a 26.7%, a rechad era huripin a 24.7%, ea rechad era beluu era Hawaii a 17% (Kataoka-Yahiro, et al., 2012). A omesilek era rasch a kerul a chad el smecher er tial rakt el mla chitechetur a buuchel.

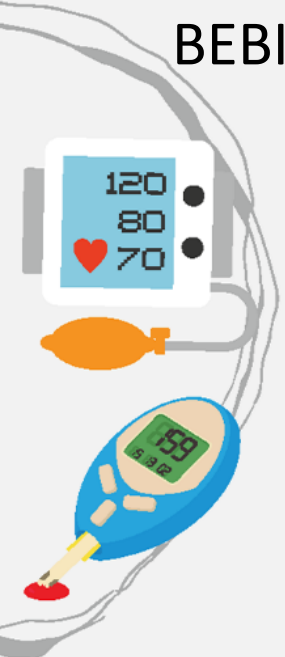


## OLCHOTEL MA OLENGCHELEL

Oumesind era rechad a diak lolchesuar a olangchelel tial rakt era buuch el morokmo bla bol meioud e ngii mengae el mla mo klou. Bebil era olangchelel tial rakt a ngarngii a mo omesik a bedengem, kesai a klisichem, meringel el omdasu a chad, mekngit a omengelel a chad, Oburk a chimal ma ochil a chad, oburk a medal (sel le tutau) medirt e mekekad a bedengem, malchub eng di soal tobed a chemechemel sel klebesei.

## BEBIL RA UCHUL A TELEMELEL TIAL RAKT

- A rokui el chad era merikel ma asia, a rechad era Hawaii, ma rechad era iungs era Pacific a di meioud el mei a ngesou er tir era tekoi era ukeruul.
  - Bebil ra telengtengil a klechad era rechad era bek el sils (SDoH) a rulii el mengael mo meringel era rechad el mo ungil mengkar era bedengir e dirrek el mo melai era ungil ngesou el kirel sel tir a ouspech er ngii.
- Rakt el hai blad, ma sukal, e alchub eng rakt el ngara reseched, ma dirrek el chad el betok a rekil era 60 a bebil era uchul ma rechad a mo smecher er tial rakt era buuch. A bol mereched el medangch eng sebechel mo mukar a <sup>1</sup>buuchel a chad.
  - Ngercheled el mo era osongel me lesekid a toktang, malchub eng Community Health Center, ma clinic, malchub eng Native Hawaiian Health Center alsekum e kede bekikl er tial rakt era buuch.



## MONGEDMOKL ERA BUUCHEM

- **Bom nguu a sinsats er kau** Moker era toktang er kau era klungel a albumin ma creatinine (ACR) era chesel a bedengem ma dirrek el glomerular filtration rate (GFR) era chesel a resechem ra chesel a tal rrak alsekum e ke sukal, hai blad, klou era 60 a rekim, malchub eng klou tial rakt era buuch era rbebil er kau. A rechedem el metik er tial rakt eng sebechem el osebelii a bedengem e diak bom secher er tial rakt.
- **Mongesadel era uspechem er kar el kerul a oberburk era bedengel a chad- NSAIDs.** Ke di melai er sel klungel a kar el diak bol betok era omouspech er ngii el dilu er kau a toktang. NSAIDs a oureor el orreked a ralm era chesel a bedengem e mengkekereira rasch el remurt el mora buuch. A bebil era ikal NSAIDs a ngarngii a aspirin ma ibuprofen.
- **Mo ungil a omengelem.** Momengur el mengang a kall el ngii a klou a potassium, calcium, ma magnesium er ngii. Aikal eiyo a louspech a bedengem el control era blood pressure er kau. A bebil ra kall el klou eiyo er ngii a ngarngii a tuu, iedel, bobai, kukau, bok choy, ma kangkum.
- **Ke mo ou exercise.** Dim ouedikel a bedengem el sal kedeb eng 30 bung era chesel a tal sils a ungil era blood pressure ma sukelengem, aikel tebelong el klou al kedmeklii era klisichel a buuch. Omerael, omeloik el hula, a mo ou tai chi, ousekool a cricket, ma omeius a bebil era rorel a mongedmokl era bedengem.
- **Ke di omes a blood pressure ma sukelengem.** Hai blad ma sukal a uchul me a chad a mo smecher el rektel a buuch. molasm el orkedii a blood pressure er kau ra 140/90 mm Hg (malchub eng sel ochur el ngii al dilur kau a toktang)

