

## 肾脏疾病的预防

### 1. 低盐饮食、适当饮水



### 2. 不要憋尿



### 3. 预防感冒



### 4. 防止糖尿病



### 5. 防止高血压



### 6. 不要吸烟



## 7. 不要过量喝酒



## 8. 不要自行服用药物



## 中国健康促进基金会 中国肾脏专项基金管理委员会

### 我们的目标:

保护肾脏健康和改善肾脏病病人的生活

### 我们的使命:

中国肾脏专项基金管理委员会是一个全国性的公益组织, 致力于肾脏疾病的防治, 降低肾脏疾病的负担:

- (一) 支持开展肾脏病防治工作;
- (二) 支持肾脏病防治教育和病人教育以及专业人员的培训活动;
- (三) 支持与肾脏病防治相关的各类学术课题研究、学术交流、学术合作等工作;
- (四) 组织编辑出版肾脏病防治相关出版物, 普及肾脏病防治知识;
- (五) 奖励在肾脏病防治领域做出突出贡献的单位、团体及个人;
- (六) 扶持和救助有特长的肾脏病病人就业和再就业。

欲知基金管理委员会有关信息和服务, 或愿意帮助我们各项活动, 请与中国肾脏专项基金管理委员会办公室联系, 亦可浏览本会网站:

[www.aishen.org](http://www.aishen.org)

中国肾脏专项基金管理委员会办公室地址:  
北京市海淀区花园北路20号牡丹园北里8号楼  
华盛家园A座207室

电话/传真: 010 62080399

服务热线: 18801197960

电子邮箱: [ckf\\_2010@126.com](mailto:ckf_2010@126.com)

呵护肾脏 从我做起

# 肾脏疾病的 预防



肾脏病病友之家