



Take Care of Your Kidneys

Why testing matters if you have diabetes

Your kidneys are very important. They clean your blood and remove waste and extra fluid. If you have diabetes, your kidneys can be harmed over time. The good news is that simple tests can help find problems early—when they are easier to treat.

Important Kidney Tests

1. eGFR (Blood Test)

- Shows how well your kidneys filter your blood
- Higher numbers usually mean better kidney health
- Helps find problems early

2. uACR (Urine Test)

- Checks for protein in your urine
- Protein can be an early sign of kidney damage
- Can help identify risk for cardiovascular disease

How These Tests Can Help You

- Find problems early before you feel sick
- Protect your kidneys from damage
- Guide your treatment plan
- Lower your risk of serious kidney disease

Kidney disease often has no symptoms at first. That is why testing every year is so important.

Remember: Taking care of your kidneys helps you stay healthy. These simple tests are an easy way to protect your health.

Ask your doctor today if you have had your kidney tests this year.

What You Can Do

- Get your eGFR blood test once a year
- Get your uACR urine test once a year
- Keep your blood sugar and blood pressure under control
- Take your medicines as directed
- Talk with your doctor about your kidney health





Cuídese los riñones

Por qué son importantes las pruebas si tiene diabetes

Los riñones son muy importantes. Limpian la sangre y eliminan los desechos y el exceso de líquido. Si tiene diabetes, los riñones pueden sufrir daños con el paso del tiempo. La buena noticia es que hay pruebas sencillas que pueden ayudar a detectar los problemas a tiempo, cuando son más fáciles de tratar.

Pruebas renales importantes

1. eGFR (análisis de sangre)

- Muestra qué tan bien los riñones filtran la sangre.
- Por lo general, los números más altos indican una mejor salud renal.
- Ayuda a detectar problemas a tiempo.

2. uACR (prueba de orina)

- Verifica la presencia de proteínas en la orina.
- La proteína puede ser un signo temprano de daño renal.
- Puede ayudar a identificar el riesgo de enfermedades cardiovasculares.

¿Cómo pueden ayudarle estas pruebas?

- Detectan los problemas a tiempo, antes de que se sienta enfermo.
- Protegen los riñones del daño.
- Brindan orientación para su plan de tratamiento.
- Reducen el riesgo de enfermedad renal grave.

La enfermedad renal a menudo no presenta síntomas al principio. Es por eso que hacerse las pruebas cada año es tan importante.

Recuerde: Cuidar los riñones le ayuda a mantenerse saludable. Estas sencillas pruebas son una manera fácil de proteger su salud.

Pregúntele a su médico hoy mismo si usted se ha hecho pruebas renales este año.

Lo que puede hacer

- Hágase el análisis de sangre eGFR una vez al año.
- Hágase la prueba de orina uACR una vez al año.
- Mantenga sus niveles de azúcar en la sangre y presión arterial bajo control.
- Tome sus medicamentos según las indicaciones.
- Hable con su médico sobre la salud renal.

