

ORGAN PATEN werden

DIE NIEREN

Erkrankungen, Vorsorge
und Therapiemöglichkeiten

WENN NIEREN DAUERHAFT ERKRANKEN ...

Ursachen, Vorsorge und Therapiemöglichkeiten fortschreitender Nierenfunktionsstörungen

Sie fragen sich, wie man chronische Nierenerkrankungen vorbeugen, erkennen oder behandeln kann? Oder Sie haben schon von Dialyse oder Transplantation als Behandlungsformen gehört und können sich nicht wirklich etwas darunter vorstellen?

Diese Broschüre ermöglicht Ihnen einen ersten Überblick über die Ursachen sowie die Therapie- und Vorsorgemöglichkeiten von chronischen Nierenerkrankungen.

Impressum

Herausgeberin: Bundeszentrale für
gesundheitliche Aufklärung (BZgA), Köln und
Verband Deutsche Nierenzentren (DN) e.V., Düsseldorf
Alle Rechte vorbehalten.

Litho: Mediengruppe Essen

Druck: Druckhaus Gummersbach PP GmbH

Auflage: 1.5.04.14

Bestellnummer: 60285070

Diese Broschüre wird von der BZgA und dem Verband Deutsche Nierenzentren (DN) e.V. kostenlos abgegeben. Sie ist nicht zum Weiterverkauf durch die Empfängerin/den Empfänger oder Dritte bestimmt.

DIE ROLLE DER NIEREN IM KÖRPER

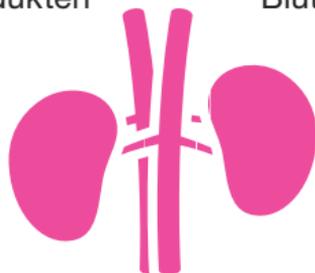
Ein Mensch verfügt für gewöhnlich über eine rechte und eine linke Niere. Fällt eine davon durch eine Erkrankung oder eine Operation aus, kann ihre Funktion durch die verbliebene Niere vollständig ersetzt werden. Chronische Nierenerkrankungen betreffen in der Regel beide Nieren, sodass es zu bleibenden Funktionsausfällen kommt. Wie diese entstehen und was sie gemeinsam mit ihrem Arzt oder ihrer Ärztin dagegen unternehmen können, wird in dieser Broschüre beschrieben.

Aufgaben der Nieren im menschlichen Organismus

Kontrolle des Salz- und
Wasserhaushalts

Ausscheidung von
Stoffwechselprodukten

Zentrale Stellung in der
Blutdruckregulation



Regulation wichtiger
Parameter des
Knochenstoffwechsels

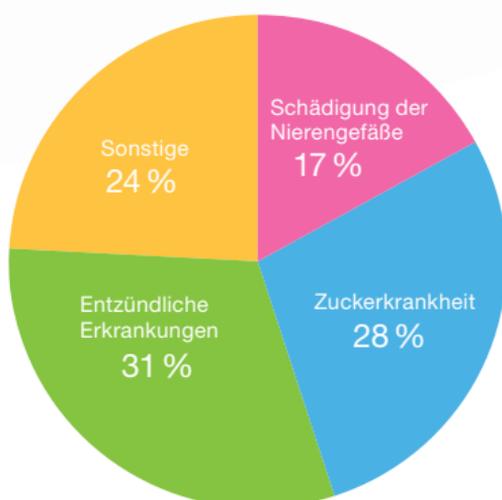
Regulation des Säure-
Basenhaushalts

Bildung von Hormonen
(aktives Vitamin D,
Erythropoetin)

WAS SIND DIE HÄUFIGSTEN URSACHEN FÜR EINE CHRONISCHE NIERENSCHÄDIGUNG?

Die häufigsten Ursachen für eine Nierenschädigung mit Funktionsverlust sind bereits bestehende Grunderkrankungen. Zum größten Teil entstehen solche sogenannten sekundären Nierenfunktionsstörungen durch die Zuckerkrankheit (Diabetische Nephropathie) und durch die Schädigungen der kleinen Nierengefäße im Zuge eines langjährigen Bluthochdrucks (Nephrosklerose). Weitaus seltener sind entzündliche Nierenerkrankungen durch Fehlfunktionen des Immunsystems (Autoimmunerkrankungen und Glomerulonephritiden, d.h. Entzündungen der feinsten Nierengefäße). Eine nicht ganz zu vernachlässigende Bedeutung hat die langjährige Einnahme von Schmerzmedikamenten als Ursache eines Verlustes der Nierenfunktion.

Ursachen für chronische Nierenschädigungen



- Schädigung der Nierengefäße 17 %
- Zuckerkrankheit 28 %
- Entzündliche Erkrankungen 31 %
- Sonstige 24 %

Quelle: Nierenersatztherapie in Deutschland, Bericht 2006/2007, QuaSi-Niere

Bei Kindern liegen neben entzündlichen Nierenerkrankungen häufig Gendefekte oder Fehlbildungen vor.

WAS SIND DIE HÄUFIGSTEN NIERENERKRANKUNGEN?

Bakterielle Infekte der Harnwege wie Blasenentzündung und schmerzhaftes Harnröhrenentzündung sind häufig, befallen die Nieren aber eher selten und führen nur in wenigen Fällen zu einem dauerhaften Nierenversagen. Zu den häufigsten primären Nierenerkrankungen, also Erkrankungen, die die Niere selbst betreffen, zählt die entzündliche Erkrankung der sogenannten Nierenkörperchen. Andere Erkrankungen sind erblich bedingt, z.B. die Zystennierenerkrankung. Nierensteine sind eine nicht seltene Komplikation und oft besonders schmerzhaft, allerdings führen sie selten zu einem dauerhaften Verlust der Nierenfunktion.

WAS IST DER UNTERSCHIED ZWISCHEN EINEM AKUTEN UND EINEM CHRONISCHEN NIEREN- VERSAGEN (NIERENINSUFFIZIENZ)?

Ein akutes Nierenversagen entwickelt sich innerhalb weniger Tage bis Wochen. Ursachen sind meist schwere Vorerkrankungen wie Blutvergiftung (Sepsis), größere Operationen, starker Flüssigkeitsverlust oder allergische Reaktionen auf Medikamente. In den meisten Fällen kann ein akutes Nierenversagen wieder nahezu vollständig ausheilen. Chronische Nierenschädigungen entwickeln sich langsam, oft über Jahre. Ursachen sind zumeist Bluthochdruck, Zuckerkrankheit oder entzündliche Erkrankungen der Nieren. Einmal eingetretene Schäden bilden sich bei den meisten chronischen Nierenerkrankungen nicht mehr zurück.

BEMERKT MAN SELBST EINE NIERENERKRANKUNG BZW. EIN NIERENVERSAGEN?

Chronische Nierenerkrankungen machen in der Frühphase zumeist keine oder wenig spezifische Beschwerden. Wassereinlagerungen und ein Bluthochdruck können Ausdruck einer Nierenerkrankung sein. Bei weit fortgeschrittener Nierenschwäche kommt es zu Appetitverlust, Gewichtsverlust, Leistungsverlust, u. U. Atemnot.

WIE KANN MAN EINER NIERENERKRANKUNG VORBEUGEN?

Wichtig sind frühzeitige und regelmäßige Untersuchungen von Patienten und Patientinnen mit einem erhöhten Risiko für chronische Nierenschädigung (vor allem Zuckerkrankheit und Bluthochdruck). Dabei muss durch den Hausarzt oder die Hausärztin auf Frühzeichen der Erkrankung geachtet werden, insbesondere auf Eiweiß im Urin sowie auf beginnende Nierenfunktionseinschränkungen. Mit Hilfe von Medikamenten können Blutdruck und Blutzucker optimal eingestellt werden. Auch das Aufgeben des Rauchens oder das Meiden nierenschädigender Medikamente (bestimmte Schmerzmittel, Röntgen-Kontrastmittel) wirken sich positiv aus und können das Fortschreiten einer Nierenschädigung verzögern.

Bei entzündlichen Nierenerkrankungen sind evtl. auch spezifische medikamentöse Behandlungen in Kooperation von Hausarztpraxis und Nierenfacharztpraxis notwendig.

SCHADET ES DEN NIEREN, WENN MAN ZU WENIG TRINKT?

Die Niere filtert ca. 1.500 Liter Blut täglich. Sie konzentriert dabei im Urin Abfallstoffe des Körpers, z. B. Medikamente, die den Körper verlassen sollen. Eine bestimmte getrunkene Flüssigkeitsmenge ist Voraussetzung für diese Aufgabe. Zu wenig trinken ist vor allem für ältere Menschen schlecht und für solche, deren Nieren bereits vorgeschädigt sind. Eine adäquate Trinkmenge liegt bei 1,5 bis 2,5 Liter pro Tag, abhängig von körperlicher Tätigkeit und Schwitzen. Erst bei stark fortgeschrittener Niereninsuffizienz muss in Absprache mit dem Arzt oder der Ärztin die Trinkmenge sowie die Salz- und Eiweißzufuhr eingeschränkt werden.

WELCHE THERAPIEMÖGLICHKEITEN GIBT ES BEI EINER NIERENSCHÄDIGUNG ODER EINEM NIERENVERSAGEN?

Ist eine eingeschränkte Nierenfunktion bereits diagnostiziert, so ist eine gesunde Lebensführung besonders wichtig. Dazu gehört eine salzarme Ernährung, regelmäßige körperliche Bewegung sowie die eigenverantwortliche Kontrolle von Blutdruck und gegebenenfalls Blutzucker. Rauchen schädigt die Niere zusätzlich und sollte aufgegeben werden (Hilfe zum Ausstieg gibt die BZgA unter www.rauchfrei-info.de).

Durch medikamentöse Behandlungen können der Blutdruck eingestellt, der Übersäuerungsausgleich geschaffen und immunologische Prozesse unterdrückt werden (Immunsuppression). Zudem können Störungen des Calcium- und Phosphathaushaltes ausgeglichen werden.

WAS GESCHIEHT BEI EINEM VOLLSTÄNDIGEN FUNKTIONSVERLUST DER NIEREN?

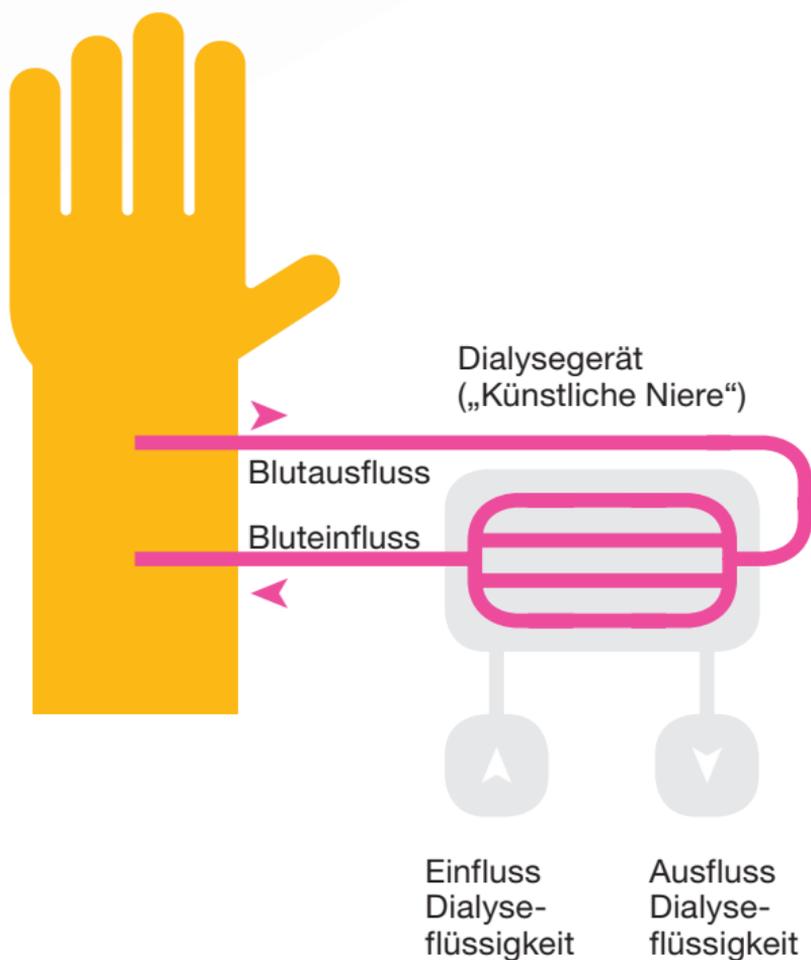
Versagen die Nieren endgültig, so muss ihre Funktion entweder durch Dialyse oder durch eine fremde Niere (Transplantation) ersetzt werden.

In der Regel kommt zunächst eine Dialysebehandlung in Frage. Mit einer solchen „Blutwäsche“ werden die ausscheidungspflichtigen Stoffe aus dem Körper entfernt. Man unterscheidet je nach Verfahren zwischen der Hämodialyse oder der Peritonealdialyse (siehe Abbildung). Neben der Dialyse kommt im Krankheitsverlauf als Behandlung alternativ eine Transplantation in Frage. Es kann allerdings fünf bis zehn Jahre dauern, bis ein Patient die Organspende eines Verstorbenen erhalten kann. Auch erfüllt nicht jeder Patient die nötigen gesundheitlichen Voraussetzungen für eine fremde Niere. Alternativ gibt es die Möglichkeit der Lebendnierenspende, z.B. von einem Angehörigen oder eng vertrauten Menschen, der dann mit seiner verbleibenden gesunden Niere weiterleben kann. (s. Flyer „Lebendorganspende – Voraussetzungen und Rahmenbedingungen“, BZgA, Bestellnummer: 60190300 oder www.organspende-info.de)

WELCHE ARTEN DER DIALYSE GIBT ES?

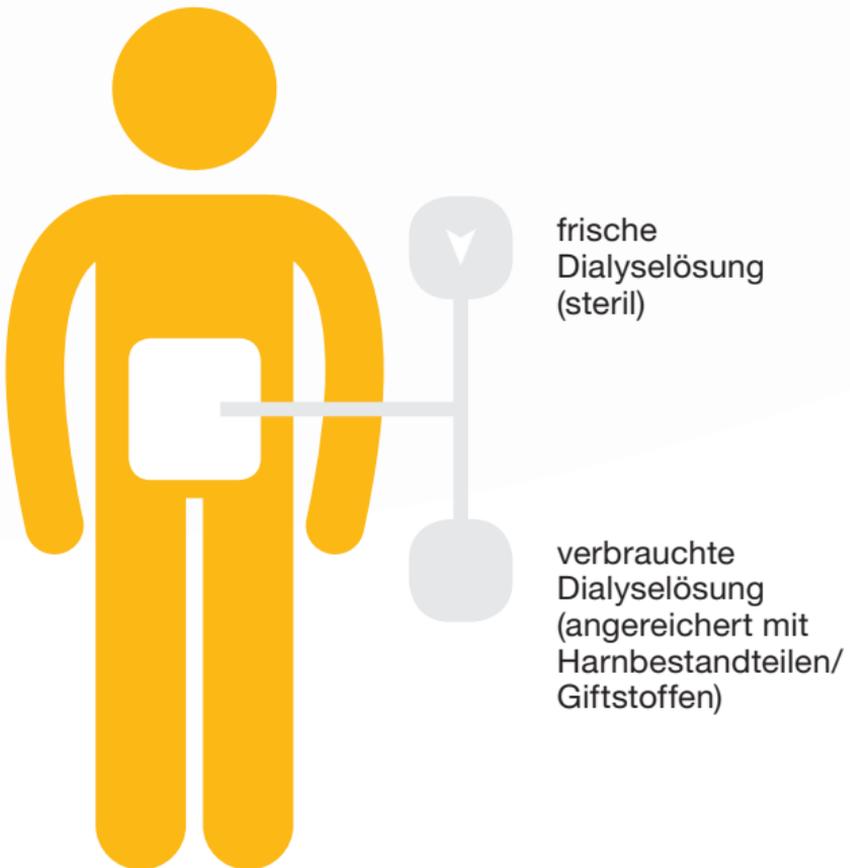
Hämodialyse (HD):

- Blutreinigung mit einer Maschine (über Schlauchsysteme)
- meist drei Mal wöchentlich, jeweils mindestens vier Stunden
- in der Regel in einem Dialysezentrum oder Krankenhaus
- in einzelnen Fällen auch zu Hause als Heimdialyse möglich



Bauchfelldialyse (Peritonealdialyse (PD)):

- Bauchhöhle ersetzt die Nierenfunktion
- Verfahren läuft kontinuierlich, unabhängig von einer Maschine
- ein Wechsel der Dialyselösung erfolgt i.d.R. viermal täglich
- Selbstbehandlung, i.d.R. zu Hause



WARUM NIMMT DIE ZAHL DER NEUEN DIALYSEPATIENTEN ZU?

Bundesweit sind derzeit etwa 80.000 Menschen dialysepflichtig. Der Anstieg geht im Wesentlichen auf die wachsende Zahl älterer Menschen zurück, die in Folge der großen Zivilisationskrankheiten Bluthochdruck und Diabetes mellitus ein Nierenversagen entwickeln. Trotz der zunehmenden Zahl älterer Patienten an der Dialyse steigt bundesweit die Gesamtzahl der Patienten nicht so rasch, wie vorhergesagt - nicht zuletzt aufgrund besserer vorbeugender Behandlungen. Dennoch ist die Zahl der zur Verfügung stehenden Spenderorgane aktuell zu gering, um alle 8.000 Dialysepatienten, die jährlich auf eine neue Niere warten, zu transplantieren.

KANN MAN IN DEN URLAUB FAHREN, WENN MAN DIALYSEPFLLICHTIG IST?

Dialysepatienten können in den Urlaub fahren. National und international bieten viele Zentren Feriendialyse-Plätze an. Info-Broschüren und Ferienführer mit einer Übersicht der Nierenzentren in Deutschland und den Behandlungsmethoden sind z.B. über den Verband Deutsche Nierenzentren (DN) e.V. zu erhalten. Die Betroffenen müssen die Reise sorgfältig planen, mit der behandelnden Nierenfacharztpraxis besprechen und sich im ausgewählten Dialysezentrum anmelden. Am Urlaubsort gehen die Patienten wie gewohnt dreimal wöchentlich zur Dialyse und können an den freien Tagen Ausflüge machen.

WEITERE FRAGEN?

1. Suchen Sie einen Nierenfacharzt oder Nierenfachärztin (Nephrologen) in Ihrer Umgebung? Eine Übersicht von über 870 niedergelassenen Nephrologen in mehr als 550 Praxen bundesweit finden Sie unter www.dnev.de/feriendialyse. Bitte sprechen Sie vorher mit Ihrem Hausarzt bzw. Hausärztin. Bei Bedarf für eine fachärztliche (Mit-)Behandlung erfolgt eine Überweisung zu einem Nephrologen.
2. Fachkompetente Informationen „rund um die Niere“ erhalten Sie jeden Mittwoch von 16 bis 18 Uhr unter der gebührenfreien Hotline **0800 - 248 48 48**. Das Nierentelefon ist ein Serviceangebot des Verbands Deutsche Nierenzentren (DN) e.V., welches dank der ehrenamtlichen Unterstützung der Mitglieder bereits seit über zehn Jahren funktioniert.
3. Bei Fragen rund um das Thema Organspende gibt das Internetangebot der BZgA www.organspende-info.de umfassend Auskunft. Zusätzlich können Sie sich persönlich über das gebührenfreie Infotelefon Organspende der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) in Zusammenarbeit mit der Deutschen Stiftung Organtransplantation (DSO) beraten lassen. Es ist unter der Rufnummer **0800 - 90 40 400** Montag bis Freitag von 9 bis 18 Uhr besetzt.