

Wunderwerk Nieren – ihre Aufgaben und Erkrankungen

Die Nieren sind ein lebensnotwendiges Organ. Sie scheiden die Endprodukte des Eiweissstoffwechsels aus und regulieren den Salz- und Wasserhaushalt. Weiter spielen sie eine wichtige Rolle bei der Blutdruckkontrolle und beim Knochenstoffwechsel und – durch die Produktion von Erythropoietin – bei der Blutbildung.

Es gibt ausserordentlich viele, verschiedenartige Krankheiten der Nieren:

- Entzündungen
- Nierensteine
- Durchblutungsstörungen
- Harnstauung
- Schädigung durch Bluthochdruck und Diabetes
- gewisse Medikamente
- angeborene, bzw. vererbte Nierenkrankheiten.

Am gefährlichsten sind diejenigen Krankheiten, die zu Nierenversagen führen.

Folgende Anzeichen können auf eine Nierenkrankheit hinweisen:

- Ein hoher Blutdruck
- vermehrte Müdigkeit
- Appetitlosigkeit
- geschwollene Füsse und Augenlider
- blutiger Urin
- Nierenschmerzen

Häufig aber versagen die Nieren langsam und für den Patienten leider lange unbemerkt.

Am häufigsten führen heute die Volkskrankheiten Bluthochdruck, Diabetes und Arteriosklerose zu chronischem Nierenversagen. Oft hilft in diesem Stadium nur noch die Dialyse oder die Nierentransplantation, um weiter leben zu können.

Es gibt zwei Formen der Dialyse:

1. Bei der **Hämodialyse** (Blutwäsche) wird das Blut dreimal 4 Stunden pro Woche mit der künstlichen Niere gereinigt.
2. Bei der **Peritonealdialyse** (Bauchfellspülung) wird die Bauchhöhle mehrmals täglich mit einer Salzlösung gespült.

In Österreich gibt es über 500, in Deutschland fast 800 Dialysepatienten pro einer Million Einwohner. Umgerechnet auf das St. Galler Rheintal und das Fürstentum Liechtenstein entspricht dies ca. 50, bzw. ca. 18 Dialysepatienten. Im Rheintal kommen jedes Jahr ca. 14, im Liechtenstein ca. 4 neue Patienten dazu.

Die beste und schliesslich günstigste Behandlung des Nierenversagens ist die Transplantation. Leider steht diese Behandlungsmethode nur für einen Bruchteil der Nierenpatienten zur Verfügung.



Was können Sie dafür tun, dass Sie nicht an der Dialyse landen?

- Eine gesunde Ernährung und körperliche Bewegung beugt Diabetes und Bluthochdruck vor, den häufigsten Ursachen des Nierenversagens.
- Wenn Sie Diabetes oder Bluthochdruck haben, behandeln Sie beides konsequent mit Hilfe Ihres Hausarztes.
- Vermeiden Sie die missbräuchliche Einnahme von Rheumamitteln.
- Rauchen Sie nicht, weil Nierenkrankheiten bei Rauchern schlechter verlaufen.
- Suchen Sie bei vermehrter Müdigkeit, bei Appetitlosigkeit, bei Wassereinlagerungen in Beinen oder Augen und bei Veränderungen des Urins Ihren Hausarzt auf. Mit einem einfachen Blut- und Urinuntersuchung kann er Ihnen sagen, ob Sie nierengesund sind oder nicht.
- Wenn Sie nierengesund sind, seien Sie froh und unterschreiben Sie einen Organspenderausweis.

Die Spezialisten:

Dr. Heinrich Heule und Dr. Clemens Jäger,
Nierenzentrum Rheintal, Schaan und Altstätten