Weitere sozialrechtliche Informationen sowie Ratgeber zum kostenlosen Download finden Sie stetig aktualisiert unter www.betanet.de.

© 2024 beta Institut gemeinnützige GmbH | Kobelweg 95, 86156 Augsburg | www.betanet.de

Nierenerkrankungen > Allgemeines

1. Das Wichtigste in Kürze

Nierenerkrankungen entwickeln sich meist schleichend. Ein veränderter Lebensstil und Diät können das Fortschreiten deutlich verzögern. Bei Nierenversagen kann eine dauerhafte Dialyse notwendig werden. Alternative ist eine Nierentransplantation, wofür aber erst ein geeigneter Spender gefunden werden muss. Für die psychosozialen Belastungen, die Wohn- und Pflegesituation gibt es verschiedene Hilfen und Informationen.

2. Ursachen und Entwicklung

Die Niere ist ein stark durchblutetes Organ mit über einer Millionen feinster Gefäße. Sie hat viele Funktionen, z.B.:

- Flüssigkeit und Elektrolyte im Körper ausgleichen
- Blutdruck, Säure-Basen-Haushalt und Bildung roter Blutkörperchen regeln
- Entgiften
- Hormone und Enzyme produzieren

Wenn die Niere zu wenig Leistung bringt, ist das lebensbedrohlich. Plötzliche Nierenversagen sind selten, meist nimmt die Funktion nach und nach ab.

Fortschreitende Nierenerkrankungen können verschiedenste Ursachen haben, z.B.: Diabetes , Nierenentzündungen, jahrelangen Bluthochdruck, angeborene Fehlbildungen (Zystennieren), Immunerkrankungen, Urinabflussstörungen, Medikamente, Umweltgifte, Drogenmissbrauch. Wenn das Nierengewebe dadurch zu stark geschädigt wurde, kommt es zu einer chronischen Niereninsuffizienz (Nierenversagen).

2.1. Wo finde ich weitere Informationen zu Nierenerkrankungen?

- Umfassende Informationen zu Niere und Nierenerkrankungen finden Sie beim **Bundesverband Niere e.V.** unter www.bundesverband-niere.de > Informationen .
- Die **Deutsche Nierenstiftung** informiert ebenfalls über Nierengesundheit und Projekte. Näheres unter www.bundesverband-niere.de > für Betroffene .
- Informationen über seltene Nierenerkrankungen finden Sie bei **PKD Familiäre Zystennieren e.V.** unter pkdcure.de .

3. Behandlungen

3.1. Früherkennung

Ziel für alle Betroffenen mit Nierenschäden ist es, das Nierenversagen so lange wie möglich zu verhindern. Allerdings muss dazu eine Nierenerkrankung auch bekannt sein. Menschen mit Übergewicht, Bluthochdruck und/oder Diabetes, Raucher und Menschen mit viel Stress sollten Vorsorgeuntersuchungen wahrnehmen und den Arzt auch nach den Nierenfunktionswerten fragen.

Typischerweise werden 2 Tests durchgeführt:

- Urintest (Albuminmessung)
- Bluttest (Kreatininmessung)

3.2. Prävention

Liegen erste Anzeichen einer verminderten Nierenleistung vor, haben der persönliche Lebensstil und die Ernährung großen Einfluss auf den Erhalt der Nierenfunktionen. Folgendes sollten Betroffene mit ihrem Arzt abstimmen und beachten:

- Bei Bluthochdruck: Blutdruck senken, durch Lebensstilveränderung und gegebenenfalls durch Medikamente
- Bei Diabetes: Blutzucker optimal kontrollieren
- Bei Übergewicht: abnehmen
- Ernährung anpassen: Wenig Kochsalz, wenig ungesättigte Fette, wenig Alkohol, Eiweißzufuhr gemäßigt, viel Obst und Gemüse
- Nicht rauchen (Näheres unter Rauchentwöhnung)

- Regelmäßig bewegen
- Stress reduzieren, Pausen einhalten, Entspannung und Ausgleich suchen

"Viel trinken" ist mittlerweile als pauschale Empfehlung überholt. Der Körper braucht ausreichend Flüssigkeit, aber bei Nierenerkrankungen kann ein Zuviel die Niere belasten. Die individuell richtige Trinkmenge sollte mit dem Arzt besprochen werden.

3.3. Selbsthilfe

Für Betroffene ist es sehr wichtig, auf ihren Lebensstil und ihre Ernährung zu achten. Das erfordert viel Wissen, aber auch andauernde Disziplin. Selbsthilfegruppen können hier eine wertvolle Informationsquelle und Stütze sein.

Der Bundesverband Niere e.V. bietet unterwww.bundesverband-niere.de > Angebot > Selbsthilfe vor Ort ein Verzeichnis von Selbsthilfegruppen in ganz Deutschland an.

3.4. Dialyse

Wenn der Zustand des Patienten durch Medikamente und eine strenge Diät nicht mehr zu beheben ist, wird je nach Grad der Funktionsstörung eine dauerhafte Dialysebehandlung notwendig: Hämodialyse oder Peritonealdialyse. Näheres unter Nierenerkrankungen > Dialyse .

3.5. Transplantation

Wenn ein geeigneter Spender gefunden wird, kann Patienten eine gesunde Niere transplantiert werden. Ziel der Nierentransplantation ist, Patienten die Funktion der zerstörten Organe wiederzugeben, die Lebenszeit zu erhöhen und unabhängig von der Dialyse zu werden.

Näheres unter Transplantation .

4. Pflegebedürftigkeit

Fortgeschrittene Nierenerkrankungen können das tägliche Leben so schwer einschränken, dass eine Pflegebedürftigkeit entsteht. In der Regel kommt es jedoch erst in einem späten Stadium der Erkrankung dazu.

Leistungen, Regelungen und Hilfen bei Pflegebedürftigkeit: Pflegeleistungen .

5. Wohnen

Allgemeine Informationen und Hilfen zur Verbesserung der Wohnsituation unter:

- Wohnumfeldverbesserung
- Wohngeld
- Pflegehilfsmittel , z.B. Hausnotrufsysteme
- Vollstationäre Pflege im Pflegeheim

6. Verwandte Links

Nierenerkrankungen

Nierenerkrankungen > Autofahren

Nierenerkrankungen > Dialyse

Nierenerkrankungen > Ernährungstherapie

Nierenerkrankungen > Finanzielle Hilfen

Nierenerkrankungen > Kinder und Jugendliche

Nierenerkrankungen > Medizinische Rehabilitation

Nierenerkrankungen > Rente

Nierenerkrankungen > Schwerbehinderung

Nierenerkrankungen > Sexualität

Transplantation