Nierenerkrankungen > Ursachen - Behandlung - Reha

Das Wichtigste in Kürze

Nieren sind lebenswichtige Organe, die wichtige Körperfunktionen wie Blutreinigung und Regulation des Wasserhaushalts beeinflussen. Wenn die Nieren, z.B. durch Bluthochdruck oder Diabetes, länger als 3 Monate nur eingeschränkt funktionieren, wird von einer chronischen Nierenerkrankung gesprochen. Je nach Ursache werden Nierenerkrankungen unterschiedlich behandelt. Die Rehabilitation verfolgt individuell verschiedene Ziele und findet meist stationär statt (Kur).

Warum sind die Nieren so wichtig?

Die Nieren haben viele Funktionen, z.B.:

- Flüssigkeit und Elektrolyte im Körper regulieren
- Produktion von Hormonen, die den Blutdruck einstellen und rote Blutkörperchen bilden
- Entfernung von Schadstoffen aus dem Blut und Ausscheiden dieser Schadstoffe über den Urin

Darum ist es lebensbedrohlich, wenn beide Nieren versagen oder zu wenig Leistung bringen.

Welche Ursachen haben chronische Nierenerkrankungen?

Chronische Nierenerkrankungen können verschiedenste Ursachen haben, am häufigsten sind Diabetes, Nierenentzündungen und jahrelanger Bluthochdruck.

Praxistipps: Informationen zu Nierenerkrankungen

Informationen über **Nieren und Nierenerkrankungen** finden Sie z.B.

- beim **Bundesverband Niere e.V.** unter www.bundesverband-niere.de > Informationen.
- bei der **Deutschen Nierenstiftung** unter www.nierenstiftung.de > Für Betroffene.
- beim **unabhängigen Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG)** unter www.gesundheitsinformation.de > Themengebiete > C > Chronische Nierenerkrankung.

Informationen über die **Symptome von Nierenerkrankungen** finden Sie z.B.

- bei der **Deutschen Nierenstiftung** unter www.nierenstiftung.de > Für Betroffene.
- beim **unabhängigen Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG)** unter www.gesundheitsinformation.de > Themengebiete > C > Chronische Nierenerkrankung > Symptome.
- bei Internisten im Netz unter www.internisten-im-netz.de > Krankheiten > N-R Nierenschwäche (chronisch) > Erste Anzeichen, Symptom & Stadien.

Informationen zu Nierenerkrankungen bei **Kindern und Jugendlichen** finden Sie z.B.:

- bei Seltene Nierenerkrankungen unter www.seltene-nierenerkrankungen.de > Über die Nieren > CKD bei Kindern.
- beim Bundesverband Niere e.V. unter www.bundesverband-niere.de > Angebot > Selbsthilfe vor Ort > Elternvereine (Adressen für Elternvereine).

Diagnose und Behandlung von Nierenerkrankungen

Plötzliches Nierenversagen ist selten, meist nimmt die Funktion nach und nach über Monate oder Jahre ab. Bei Verdacht auf eine Funktionseinschränkung der Niere oder im Rahmen von Vorsorgeuntersuchungen (siehe Früherkennung von Krankheiten) werden meist **ein Urintest und ein Bluttest** durchgeführt. Informationen dazu finden Sie z.B.

- bei www.internisten-im-netz.de > Krankheiten > N-R Nierenschwäche (chronisch) > Untersuchungen & Diagnose
- in der ärztlichen Leitlinie „Rationelle Labordiagnostik zur Abklärung Akuter Nierenschädigungen und Progredienter Nierenerkrankungen" unter https://register.awmf.org/ > Suchbegriffe Labordiagnostik > Rationelle Labordiagnostik zur Abklärung Akuter Nierenschädigungen und Progredienter Nierenerkrankungen
- bei der Selbsthilfeorganisation PKD Familiäre Zystennieren e.V. mit einem Nierenwerterechner unter https://nierenrechner.de > Nierenfunktion > Stadien

© 2026 beta Institut gemeinnützige GmbH
Kobelweg 95, 86156 Augsburg

Die **Behandlung** von Nierenerkrankungen umfasst verschiedene Maßnahmen, z.B. je nach Schweregrad der Erkrankung:

- Behandlung der auslösenden Erkrankung, z.B. Diabetes oder Bluthochdruck.
- Dialyse, Näheres unter Nierenerkrankungen > Dialyse.
- Transplantation, Näheres unter Transplantation.

Nähere Informationen bietet die hausärztliche Leitlinie „Versorgung von Patient*innen mit nicht-nierenersatztherapiepflichtiger Nierenkrankheit in der Hausarztpraxis - Chronisch eingeschränkte Nierenfunktion in der Hausarztpraxis", Download unter https://register.awmf.org > Suchbegriffe „Nierenkrankheit" > Versorgung von Patient*innen mit nicht-nierenersatztherapiepflichtiger Nierenkrankheit ....

Medizinische Reha bei Nierenerkrankungen

Die medizinische Reha soll die Folgen der gesundheitlichen Beeinträchtigungen durch die Nierenerkrankung mindern und verhindern, dass Menschen mit Nierenerkrankungen eine Behinderung bekommen, pflegebedürftig werden, nur noch eingeschränkt oder gar nicht mehr arbeiten können und/oder auf Sozialleistungen angewiesen sind. Sie findet in der Regel **stationär** statt, also mit Übernachtung in der Reha-Einrichtung. Stationäre Reha-Maßnahmen werden umgangssprachlich oft als Kur bezeichnet.

Allgemeine Informationen zur medizinischen Reha, zum Reha-Antrag und zur Zuständigkeit bei Reha-Leistungen.

Da Nierenerkrankungen häufig andere Erkrankungen (z.B. Diabetes, Bluthochdruck) zugrunde liegen, sind die Einschränkungen und Bedürfnisse der Betroffenen vielschichtig. Sie sollten sich deshalb eine Reha-Einrichtung suchen, die auf Nierenerkrankungen spezialisiert ist und bei Bedarf mit einer Dialyseeinrichtung vor Ort zusammenarbeitet. Vereinzelte Reha-Kliniken haben auch eine eigene Dialyse-Abteilung.

Grundsätzlich kann die medizinische Reha auch **ambulant** erfolgen, also wohnortnah und ohne Übernachtung in der Reha-Einrichtung. Sie findet dann meist im Umfang von 4–6 Stunden pro Tag statt, danach wird der normale Alltag weitergeführt. Dies hat den Vorteil, dass die in der Reha-Klinik erlernten Inhalte direkt zuhause umgesetzt und ggf. angepasst werden können.

Inhalte der medizinischen Reha bei Nierenerkrankungen können z.B. sein:

- Physiotherapie, Sporttherapie: Förderung der Mobilität, Verbesserung der körperlichen Kraft und Ausdauer
- Ernährungsberatung: Spezielle Ernährung bei Nierenerkrankungen
- Schulung und Beratung zur Erkrankung und im Umgang mit Dialyse und Medikamenteneinnahme
- Psychotherapie: Förderung der Akzeptanz der Erkrankung und Steigerung der Lebensqualität

Reha-Ziele bei Nierenerkrankungen

Je nach Gesundheitszustand werden unterschiedliche **Ziele** verfolgt, z.B.:

- Förderung der Selbstständigkeit und Verhindern von Pflegebedürftigkeit
- Aufarbeitung psychisch belastender Faktoren, z.B. lange Wartezeit auf ein Spenderorgan
- Verhindern von Folgeerkrankungen und einer Verschlechterung der Nierenleistung

Reha bei Nierenerkrankungen: Welche Leistungen gibt es?

Die nachfolgenden Links führen zu den sozialrechtlichen Bestimmungen rund um medizinische Reha, die bei Nierenerkrankungen infrage kommen können:

- Allgemeines zu Leistungen der Medizinischen Rehabilitation, vor allem ambulante und stationäre medizinische Reha
- Anschlussrehabilitation an den Akutklinik-Aufenthalt
- Wenn Menschen mit Nierenerkrankungen länger krankgeschrieben waren, gibt es die Möglichkeit, dass sie nach der Reha nicht gleich wieder voll in ihrem Beruf arbeiten, sondern schrittweise an die volle Arbeitsbelastung herangeführt werden. Näheres unter Stufenweise Wiedereingliederung.
- Geriatrische Rehabilitation bei älteren Menschen mit mehreren Erkrankungen
- Begleitperson bei stationärer medizinischer Rehabilitation
- Ergänzende Leistungen zur Reha, insbesondere Patientenschulungen und Reha-Sport und Funktionstraining (in der Regel 50 Übungseinheiten in eineinhalb Jahren, bei Dialysepflicht 120 Einheiten in 3 Jahren)

Für Kinder und Jugendliche mit Nierenerkrankungen und ihre Familien gibt es weitere Reha-Möglichkeiten:

- Eine **Kinderheilbehandlung** (Kinder- und Jugendreha) kann die Lebensqualität von Kindern und Jugendlichen mit Nierenerkrankungen verbessern. Näheres unter Kinderheilbehandlung.
- **Mutter-Kind-Kuren** oder **Vater-Kind-Kuren** bieten eine Auszeit vom Alltag, Bewegungs- und Entspannungsangebote sowie psychologische Unterstützung. Näheres unter Reha und Kur für Mütter und Väter.

© 2026 beta Institut gemeinnützige GmbH
Kobelweg 95, 86156 Augsburg

Berufliche Reha bei Nierenerkrankungen

Nierenerkrankungen sowie häufige Begleiterkrankungen wie Diabetes oder Bluthochdruck können dazu führen, dass die Erwerbstätigkeit gefährdet ist. Berufliche Rehamaßnahmen können dabei unterstützen, einen Arbeitsplatz zu erhalten oder einen neuen zu finden.

Näheres unter Berufliche Reha > Leistungen.

Pflegebedürftigkeit

Fortgeschrittene Nierenerkrankungen und schwere Begleiterkrankungen können dazu führen, dass Betroffene aufgrund ihrer gesundheitlich bedingten Einschränkungen die Hilfe Anderer benötigen. Um Leistungen der Pflegeversicherung zu erhalten, muss die Pflegebedürftigkeit von der Pflegekasse festgestellt werden.

Näheres zu Leistungen, Regelungen und Hilfen bei Pflegebedürftigkeit unter Pflegeleistungen.

Unter bestimmten Voraussetzungen kann die Pflegekasse auch Umbauten und Ergänzungen in der Wohnung bezuschussen, die die Pflege erleichtern, eine selbstständigere Lebensführung ermöglichen oder die Aufnahme in ein Pflegeheim verhindern oder hinauszögern, z.B. Badumbau, Treppenlift. Näheres unter Wohnumfeldverbesserung.

Praxistipps Reha und Ernährung

- Bei der Suche nach einer geeigneten **Reha-Klinik** können Ihre behandelnden Ärzte, Selbsthilfegruppen oder der zuständige Kostenträger (z.B. Krankenkasse) weiterhelfen.
- Die Deutsche Nierenstiftung bietet die Informationsbroschüre **Ernährung bei Nierenerkrankungen** zum kostenlosen Download unter www.nierenstiftung.de > Für Betroffene > Niere A-Z > Ernährung bei Nierenerkrankungen.
- Menschen mit einer Nierenerkrankung und geringem Einkommen bekommen bei Sozialhilfe oder Grundsicherungsgeld (früher Bürgergeld) unter bestimmten Voraussetzungen einen Mehrbedarf bei kostenaufwändiger Ernährung - Krankenkostzulage.

Verwandte Links

Nierenerkrankungen

Nierenerkrankungen > Autofahren

Nierenerkrankungen > Finanzielle Hilfen

Nierenerkrankungen > Rente

Nierenerkrankungen > Schwerbehinderung

Nierenerkrankungen > Sexualität

Nierenerkrankungen > Dialyse

Transplantation

Vorsorgeleistungen und Vorsorgekuren

© 2026 beta Institut gemeinnützige GmbH
Kobelweg 95, 86156 Augsburg