

# Viel trinken hält die Nieren in Schuss

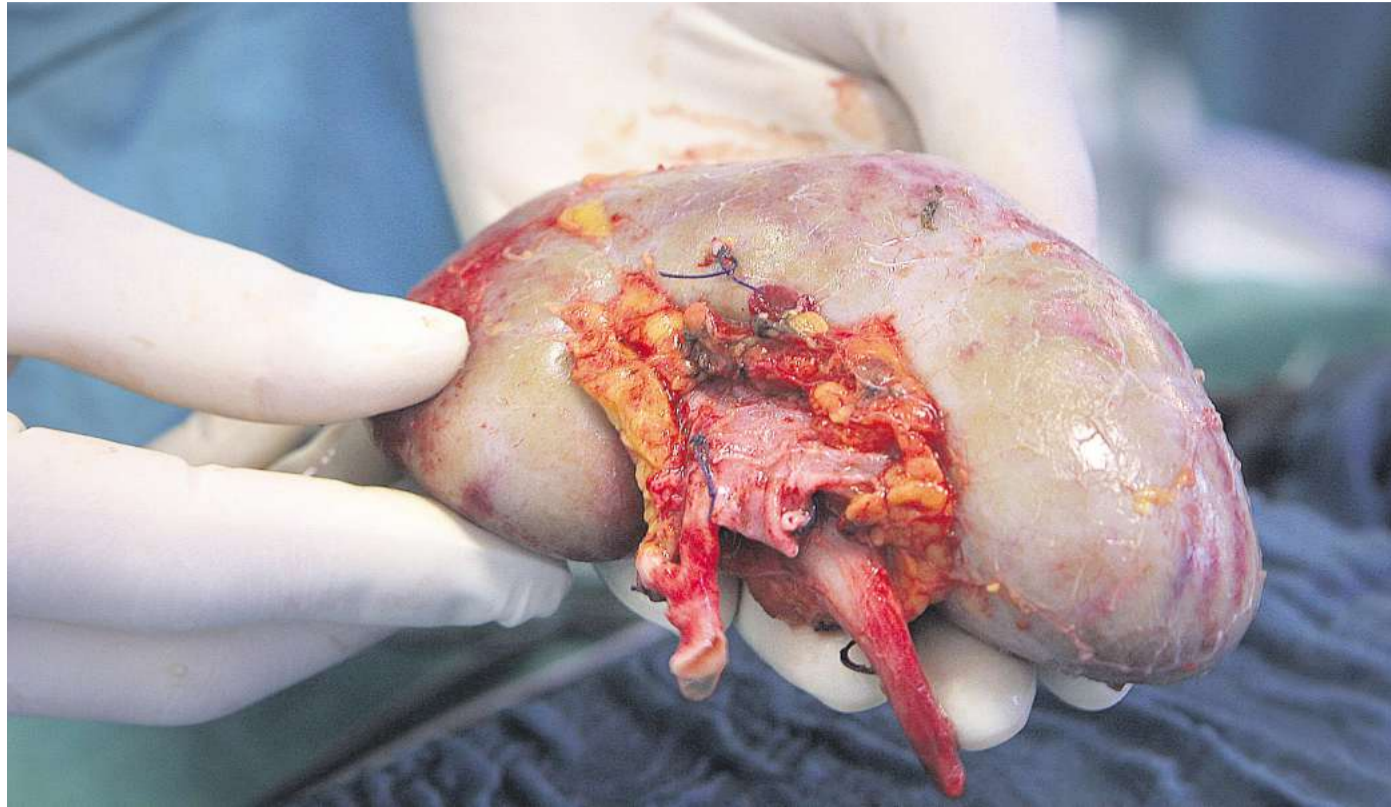
Weltnerentag am 14. März: Nierenerkrankungen oft zu spät erkannt

VON JAN UNGRUHE, DPA

**Lüdenschied.** „Akutes Nierenversagen vermeiden“ – unter diesem Motto steht der Weltnerentag am 14. März in diesem Jahr. Denn Nieren reinigen das Blut von Giftstoffen. „Ihre Funktion ist daher lebensnotwendig“, sagt Nierenspezialist Prof. Jan Galle von der Deutschen Gesellschaft für Nephrologie. Neben dieser wichtigen Entgiftungs- und Entwässerungsfunktion haben die Nieren auch andere Aufgaben. „Sie sind Produktionsstätte wichtiger Hormone für die Blutdruckregulation, die Bildung von roten Blutkörperchen und für den Knochenstoffwechsel“, erklärt Galle, der am Klinikum Lüdenschied die Klinik für Nephrologie und Dialyseverfahren leitet. Darüber hinaus regulieren Nieren den Salzgehalt des Körpers.

Nierenerkrankungen sind besonders tückisch, weil es kaum Symptome gibt. „Häufig treten Spätsymptome auf wie Bluthochdruck, Blutarmut und teilweise auch schäumender Urin, also eine vermehrte Eiweißausscheidung“, sagt der Nephrologe Prof. Bernhard Krämer vom Universitätsklinikum Mannheim. Hinzuweisen auf Nierenschäden könnten zudem blutiger Urin, Müdigkeit, Abgeschlagenheit oder Erbrechen sein. „Ein weiteres Symptom für Nierenerkrankungen sind Ansammlungen von Wasser in den Beinen – sogenannte Ödeme“, ergänzt Prof. Hermann Pavenstädt, Direktor der Klinik für Innere Medizin des Universitätsklinikums Münster.

Die wohl häufigste Erkrankung der Organe ist das chronische Nierenversagen. „Dabei nimmt die Funktion der Nieren oft unmerklich ab, bis sie dauerhaft und irreversibel ganz versagt“, sagt Galle. Ursache sei häufig ein dauerhaft erhöhter Blutdruck oder ein schlecht eingestellter Diabetes mellitus. „Etwa 60 Prozent aller chronischen Nierenversagen sind auf eine dieser beiden Ursachen zurückzuführen.“ Darüber hinaus gebe es entzündliche oder gene-



Niere: Ihre Erkrankungen sind tückisch. Symptome treten oft sehr spät auf.

dpa

tische Nierenerkrankungen, die ein dauerhaftes Nierenversagen verursachen können.

Nichtrauchen sei bei einer chronischen oder länger andauernden Störung der Nierenfunktion selbstverständlich, sagt Pavenstädt. „Zudem sollte man insbesondere auf einen sehr gut eingestellten Blutdruck und bei Patienten mit Diabetes mellitus zusätzlich auf die richtige Blutzuckereinstellung achten“, rät der Nephrologe. Auch die Blutfettwerte müssen gut eingestellt sein, da Nierenerkrankte ein höheres Risiko für Herz- und Gefäßkrankungen haben.

Neben dem chronischen ist das akute Nierenversagen ein Problem. „Gesunde Nieren geben da innerhalb kurzer Zeit ihre Funktion auf“, erklärt Galle. Der Zustand könne durch unterschiedliche Ursachen plötzlich hervorgerufen werden – etwa durch einen Blutverlust und Schockzustände nach Unfällen, durch schwere Infektionen mit Blutvergiftung, aber auch durch Medikamente und

Flüssigkeitsmangel. Ein akutes Nierenversagen ist in der Regel jedoch heilbar. Die Betroffenen werden wieder gesund und benötigen keine dauerhafte Dialysebehandlung. „Es handelt sich dabei aber immer um einen lebensbedrohlichen Zustand, der häufig eine intensivmedizinische Versorgung erfordert“, betont Galle.

Die Prävention eines akuten Nierenversagens ist zwar nur bedingt möglich. Einige vorbeugende Maßnahmen gibt es dennoch. „Beispielsweise sollten Medikamente nie ohne triftigen Grund eingenommen werden. Ist dennoch eine Medikation notwendig, muss in Abstimmung mit dem behandelnden Arzt immer auf die richtige Dosierung geachtet werden“, sagt Pavenstädt. Darüber hinaus sei eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr wichtig, insbesondere bei Infektionen mit Fieber oder Durchfall. Wichtig sei auch, eine Herzschwäche richtig zu behandeln, da sie ebenso wie schwere Infektionen ein akutes Nieren-

versagen begünstigen könne, erklärt Krämer.

Aufgrund der geringen Symptome sei die Früherkennung besonders wichtig, betont Galle. „Früh erkannt, kann ein Nierenfunktionsverlust aufgehalten oder zumindest deutlich hinaus-

gezögert werden. Ein Urintest gibt frühzeitig Aufschluss über die Filterleistung der Nieren“, sagt der Nierenspezialist. Sinnvoll ist es daher, alle zwei Jahre die Vorsorgeuntersuchung „Check-up 35“ machen zu lassen.

## INFO

### Vorträge und Messstationen im EKW

Das Nephrologische Zentrum Göttingen GbR (NZG) bietet im Rahmen der Nierenwochen am Donnerstag, 14. März, von 16 bis 18 Uhr Aktionen im Foyer des Evangelischen Krankenhauses Göttingen-Weende (EKW), An der Lutter 24. Unter anderem gibt es eine Blutdruckmess-Station, Urin-Schnelltest, Messung der Gefäßsteifigkeit und einen Halsschlagader-Ultraschall. Ebenso ist am Donnerstag eine Telefonhotline von 9 bis 14.00 Uhr mit Nierenspezialisten unter der Nummer 05 51 / 50 34 18 75 geschaltet. Von 18 bis 20 Uhr findet dann ein Patientenforum mit Vorträgen im Geriatriesaal des EKW statt. Vorträge: Dr. Volker Schettler (NZG): „Wenig Fett = gesunde Nieren?“; Prof. Thomas Ellrott (Institut für Ernährungspsychologie – Universitätsmedizin Göttingen): „Gewichtsreduktion – eine Diät für alle gibt es nicht!“; Dr. Gerrit Hagenah (NZG): „Popeye in Sachen Herz und Niere – Wieso Eisen?“; Dr. Martin Hulpke-Wette (Kinderkardiologie): „Die Nieren von Kindern schützen – an Bluthochdruck bei Kindern denken!“; Dr. Egbert G. Schulz (NZG): „Fit an der Dialyse!“.

chb

## Kribbeln in der Hand untersuchen lassen

Eingeengte Nerven im Handgelenk

**Krefeld.** Kribbelt oder brennt nachts die Hand, kann das auf einen eingeengten Nerv im Handgelenk hindeuten. Bei dem sogenannten Karpaltunnelsyndrom treten Gefühlsstörungen vorwiegend am Daumen, Zeige- und Mittelfinger auf, erklärt Frank Bergmann vom Berufsverband Deutscher Nervenärzte in Krefeld.

Bei einer frühen Diagnose könne das Tragen einer Schiene, Entlastung oder eine kurzzeitige Therapie mit Kortison verhindern, dass der Nerv weiter Schaden nimmt, sagt Bergmann. Bringt das keinen Erfolg oder ist die Krankheit schon fortge-

schritten, helfe meist nur noch eine ambulante Operation. Kurzzeitig lindern lassen sich die Beschwerden mit einer Lageänderung des Handgelenks oder dem Ausschütteln der Hand.

Halten die Symptome länger an, könnten Missempfindungen, Schmerzen oder Taubheitsgefühle hinzukommen. Die Schmerzen dehnen sich dann möglicherweise von einzelnen Fingern bis in die Schulter-Nackenregion aus. Wird die Erkrankung nicht behandelt, drohen Bewegungseinschränkungen der Hand und Muskelschwund, warnt Bergmann. dpa



## Patient muss Fehler beweisen

Unabhängige Patientenberatung: Verdacht auf falsche Behandlung

**Göttingen.** Wer falsch behandelt wurde, hat nicht nur mit den gesundheitlichen Folgen zu kämpfen. Auch die Durchsetzung eines Anspruchs auf Schadenersatz und Schmerzensgeld ist nicht immer einfach. Bis zu 170 000 Patienten werden laut Bundesgesundheitsministerium im Jahr schätzungsweise falsch behandelt. Die Betroffenen haben unterschiedliche Möglichkeiten, um einem Verdacht nachzugehen. „Eine Erfolgsgarantie gibt es jedoch nicht“, sagt Katja Kohler von der Göttinger Beratungsstelle der Unabhängigen Patientenberatung Deutschland (UPD). Denn der Patient muss beweisen, dass der Schaden durch einen schuldhaften Fehler des Arztes oder Krankenhauses verursacht wurde.

So auch im Fall des 48-jährigen Herbert M.: An einem Wochenende erleidet er einen Herzinfarkt. Der Notarzt bringt ihn in die nächste Klinik, wo die notwendige Behandlung wegen personeller Unterbesetzung unterbleibt. Erst am Abend wird Herr M. in ein anderes Krankenhaus verlegt und behandelt. Zu spät, denn große Teile seines Herzmuskels sind bereits dauerhaft geschädigt. Seine verbliebe-

ne Herzleistung entspricht der eines 79-jährigen, der Kraftfahrer kann nicht mehr in seinem Beruf arbeiten.

Herr M. ist sich sicher, dass die erste Klinik einen Fehler gemacht hat. Patientenberaterin Kohler: „Ein Behandlungsfehler kann sowohl durch ärztliches Tun als auch durch Unterlassung entstehen.“ Zur Vorbereitung einer Klärung rät er Herbert M., zunächst ein Gedächtnisprotokoll der Behandlung zu verfassen, Namen und Adressen von möglichen Zeugen zu notieren und bei der Klinik Fotokopien der Patientenunterlagen anzufordern.

Betroffenen wie Herrn M. stehen dann innerhalb der dreijährigen Verjährungsfrist verschiedene Wege offen. Schadenersatz und Schmerzensgeld können in einem zivilrechtlichen Verfahren geltend gemacht werden. Wer den Arzt berufsrechtlich zur Verantwortung ziehen will, kann ein Verfahren durch die Landesärztekammer beantragen.

Die Feststellung eines Behandlungsfehlers ist in der Regel nur mit einem Gutachten möglich. Gesetzlich Versicherte sollten sich an ihre Krankenkasse



Wichtig: Notfallbehandlung. Finn

wenden, der Medizinische Dienst der Krankenversicherung (MDK) erstellt kostenfreie Gutachten.

In rund einem Drittel der Gutachten wird laut Bundesärztekammer der Verdacht auf Behandlungsfehler bestätigt. So auch bei Herrn M.: Die erste Klinik hätte ihn sofort verlegen müssen. Er versucht nun, sich außergerichtlich mit der Klinik zu einigen. „Wenn man mit dem Ergebnis nicht einverstanden ist, kann man innerhalb der Verjährungsfrist immer noch mit dem Anspruch auf Schadenersatz vor Gericht gehen“, sagt Kohler. eb

## Hören und Sehen

Vorträge und Film

**Göttingen.** Hören und Sehen sind nur zwei unserer Sinne, mit denen wir täglich die Welt erleben. Wie wichtig unsere Sinne für uns sind, erfahren wir oft erst dann, wenn einer verloren geht oder nur eingeschränkt funktioniert, beispielsweise bei Schwerhörigkeit und Sehstörungen. Allein von Hörschädigungen sind aktuell etwa 14 Millionen Menschen in Deutschland betroffen. „Hören und Sehen“ sind die Themen einer Veranstaltung, die das Göttinger DFG-Forschungszentrum und Exzellenzcluster „Mikroskopie im Nanometerbereich und Molekularphysiologie des Gehirns“ (CNMPB) im Rahmen der weltweiten Brain Awareness Week (11. bis 13. März 2013) anbietet. Die Veranstaltung beginnt am Mittwoch, 13. März, um 18 Uhr im Kino Lumière, Geismarlandstraße 19. Unterstützt wird die Veranstaltung durch den Sonderforschungsbereich „Zelluläre Mechanismen sensorischer Verarbeitung“.

In zwei Vorträgen werden die Funktionsweise sowie Störungen des Hörens und des Sehens erläutert. Der Vortrag von Prof. Tobias Moser, Abteilung Hals-Nasen-Ohrenheilkunde der Universitätsmedizin Göttingen (UMG), beschäftigt sich mit der Frage „Wie kommt der Klang in den Kopf?“. Dr. Nicolas Feltgen, Abteilung Augenheilkunde der UMG, spricht über Hintergründe zur Entstehung der Makuladegeneration. Im anschließenden Podiumsgespräch berichten Betroffene über ihren Umgang mit Sinnesbeeinträchtigungen. Moderiert wird die Veranstaltung von Angela Brünjes vom Göttinger Tageblatt. Im Anschluss an die Podiumsdiskussion wird der Film „Erbsen auf halb sechs“ gezeigt, der die Geschichte des Theaterregisseurs Jakob erzählt. Jakob verliert bei einem Unfall sein Augenlicht.

Für Hörgeräte und Cochlea-Implantat-Träger stehen digitale Funkübertragungsanlagen (Audio Comfort) zur Verfügung. chb/umg

## KURZ & KNAPP

### Infoabend in der Adipositas-Ambulanz

**Göttingen.** Über eine interdisziplinäre Adipositas-therapie informiert am Mittwoch, 13. März, ab 18 Uhr ein Vortrag im Schulungszentrum der Adipositas-Ambulanz des Uniklinikums, Humboldtallee 32. Die Therapie ist für Personen geeignet, die mindestens 20 Kilo abnehmen möchten. Informationen unter Telefon 05 51 / 39 67 38 oder adipositas@med.uni-goettingen.de chb

### Erfahrbarer Atem bei Asthma bronchiale

**Göttingen.** Der Vortrag „Erfahrbarer Atem“ bei Asthma bronchiale beginnt am Dienstag, 12. März, um 20 Uhr in den Räumen von ImPuls-Forum für Gesundheit, Akazienweg 56A. Gabriele Junge, Atempädagogin, informiert über Möglichkeiten, mit Hilfe von Atem- und Bewegungsübungen wieder leichter atmen zu können. chb