

Presseinformation

LKH-Univ. Klinikum Graz

Graz, 08. März 2022

Es geht um die Nieren, ums Herz und ums Hirn!

Am 10. März 2022 ist Weltnierentag. Auch dieses Jahr steht die „Nierengesundheit für alle“ im Fokus. Univ.-Prof. Dr. Alexander Rosenkranz, Vorstand der Univ.-Klinik für Innere Medizin des Uniklinikum Graz, appelliert daher an jede*n, im Rahmen der nächsten Gesundenuntersuchung auch am Programm „niere.schützen“ teilzunehmen. Dadurch kann eine mögliche Nierenerkrankung rechtzeitig erkannt und behandelt werden. Die gute Nachricht ist: Es gibt ein geeignetes Medikament dafür, das sich zudem auch positiv auf Herz-Kreislauf-Erkrankungen auswirkt.

Gut zehn Prozent der Bevölkerung in Österreich leiden an einer Nierenschwäche, was bedeutet, dass ihre Nierenfunktion unter 60 Prozent ist oder eine Schädigung der Niere vorliegt. Dadurch steigt nicht nur die Gefahr einer chronischen Nierenerkrankung, sondern auch jene, einen Schlaganfall oder einen Herzinfarkt zu erleiden. „Das grundsätzliche Problem bei einer Nierenerkrankung ist, dass man sie sehr lange nicht merkt. Wenn man dann auf einmal entsprechende Symptome wie geschwollene Füße oder Atemprobleme hat, ist es für eine Behandlung oft zu spät, weil die Nierenfunktion bereits auf unter 20 Prozent gesunken ist“, erklärt Univ.-Prof. Dr. Alexander Rosenkranz, Vorstand der Univ.-Klinik für Innere Medizin des LKH-Univ. Klinikum Graz. Eine Abnahme der Nierenfunktion erhöht das Risiko für kardiovaskuläre Ereignisse deutlich! Allerdings, so der Nephrologe, wenn man das Problem rechtzeitig (früh!) erkennt, lässt es sich heute gut behandeln.

Grundsätzlich nimmt die Nierenfunktion bei jedem Menschen ab dem 50. Lebensjahr pro Jahr um ein bis zwei Prozent ab. Bei bestimmten Risikofaktoren wie Diabetes, Übergewicht und Bluthochdruck kann der Prozess aber viel schneller voranschreiten und sich die Nierenfunktion sogar um bis zu 15 Prozent jährlich verschlechtern, was wiederum schneller zu einer Nierenschädigung führen kann und im schlimmsten Fall sogar eine Dialyse oder Nierentransplantation notwendig macht.

Um den Prozess zu verlangsamen, wird nun auf die spezielle Substanzgruppe „SGLT 2-Hemmer“ (Sodium dependent glucose transporter) gesetzt, die bislang nur bei der Behandlung von Diabetes verwendet wurde. Aktuelle Studien haben bestätigt, dass sich die „SGLT 2“-Hemmung positiv auf eine beeinträchtigte Nierenfunktion auswirkt. „Vereinfacht ausgedrückt, beeinflusst die Substanz jene Filterleistung positiv, die die

zig tausend kleinen Filtrerröhrchen im Tubulussystem unserer Nieren täglich übernehmen. Die Substanz unterstützt die Regulierung des Prozesses und trägt damit dazu bei, Nierenerkrankungen vorzubeugen oder bestehende Probleme zu behandeln“, erklärt Rosenkranz und verweist auf die Megaleistung, die die Nieren täglich für uns erbringen. So filtern die Nieren aus gut 1.600 Litern Blut nicht nur Mineralstoffe, Zucker, Hormone u. v. m., sondern sorgen auch dafür, dass viele der Stoffe in den Organismus rückgeführt werden und letztlich ca. 1,5 Liter Harn übrigbleiben.

Sorgen Sie vor: Das Programm „niere.schützen“ hilft dabei!

Früherkennung ist also alles. Daher bietet man seit ein paar Jahren in der Steiermark auch das Screeningprogramm „niere.schützen“ an, in dem spezielle Marker erhoben werden, die die Nierenleistung beschreiben. Es wurde unter der Leitung von Univ.-Prof. Dr. Rosenkranz entwickelt, wird vom Gesundheitsfonds Steiermark finanziert und kann über die Hausärzt*innen in Anspruch genommen werden.

Der Check richtet sich an alle Personen, die zwischen 40 bis 65 Jahren alt sind, wobei speziell Risikopatient*innen daran teilnehmen sollten. „Wenn Sie also einen hohen Blutdruck haben, übergewichtig sind, an Diabetes oder einer Herz-Kreislauf-Erkrankung leiden bzw. erblich vorbelastet sind, bringen Sie das Programm bei der nächsten Gesundenuntersuchung zur Sprache. Sollte eine Nierenschädigung erkannt werden, kann sie auch von einer Fachärztin oder einem Facharzt behandelt werden“, sagt der Klinikvorstand. Für die Nierengesundheit, kann aber freilich auch jede*r selbst etwas tun. Rosenkranz' vier Tipps dazu: aufs Gewicht schauen, Bewegung machen, nicht rauchen und ausreichend trinken, d. h. die Flüssigkeitsmenge dem Lebensstil anpassen. „Sorgen Sie also vor, denn letztlich geht es nicht nur um die Nieren, sondern auch ums Herz und ums Hirn“, appelliert der Internist.

Der Welt nierentag und Programm „niere.schützen“

Seit 2006 findet an jedem zweiten Donnerstag im März der Welt nierentag statt. Pandemiebedingt fallen hierzulande auch heuer Präsenzveranstaltungen aus, dafür kann jede*r beispielsweise unter **#ShowYourKidneys** bei der Social-Media-Challenge ein Zeichen für das oft stiefmütterlich behandelte Organ setzen. Klares Ziel des Welt nierentags: Die Bedeutung der Nieren für den Körper zu unterstreichen sowie das Bewusstsein für die enorme Leistung des Organs zu steigern, um die Zahl an chronischen Nierenerkrankungen und die damit verbundenen gesundheitlichen Probleme zu reduzieren. Denn nach wie vor sind diese Erkrankungen weltweit die sechsthäufigste Todesursache. www.worldkidneyday.org

Weitere Informationen zum Programm „niere.schützen“:

www.stgkk.at/niere.schuetzen

Foto:



Univ.-Prof. Dr. Alexander Rosenkranz, Klinikvorstand der Univ.-Klinik für Innere Medizin

Nachweis:

M. Kanizaj/LKH-Univ. Klinikum Graz



Plakat zum Programm „niere.schützen“