

Pressemitteilung

06.05.2021

Vorhang auf für die Nieren!

Würzburger Nephrologe Christoph Wanner ruft als Präsident der ERA-EDTA europaweite Nierenkampagne ins Leben

Bei jedem zehnten Erwachsenen in Europa ist die Nierenfunktion eingeschränkt. Viele Betroffene ahnen aber nichts von ihrer fortschreitenden Nierenschwäche. Symptome spüren sie oft erst, wenn sie bereits einen Großteil ihrer Nierenfunktion verloren haben. Das ist fatal: Denn Nieren können sich nicht mehr von der Störung erholen. Es drohen nicht nur eine Dialyse oder gar eine Transplantation, sondern auch zahlreiche weitere Erkrankungen. Um das Bewusstsein für die Bedeutung unserer Nieren zu schärfen und der Bevölkerung zu zeigen, wie sie ihre Nieren schützen können, hat Prof. Dr. Christoph Wanner, Leiter der Nephrologie am Uniklinikum Würzburg, gemeinsam mit der Europäischen Gesellschaft für Nephrologie ERA-EDTA die European Kidney Health Awareness Days ins Leben gerufen. Im Mai bis zum Nierenkongress Anfang Juni in Berlin finden in ganz Europa Aktionen statt.

Spotlight auf unsere Nieren. Sie haben es verdient. Im öffentlichen Bewusstsein liegen die Nieren nämlich oft im Schatten von Herz und Lunge. Dabei sollte den paarig angelegten bohnenförmigen Organen im oberen hinteren Bauchraum mindestens genauso viel Aufmerksamkeit geschenkt werden. Denn sie leisten Schwerstarbeit. Unsere Nieren filtern täglich 1.800 Liter Blut. Alle fünf Minuten strömt das gesamte Blut unseres Körpers durch die Nieren. Wie eine Kläranlage reinigen die Nieren unser Blut von Giftstoffen und Abfallprodukten. Diese werden später mit dem Harn ausgeschieden. Neben der Entgiftung sorgen die Nieren für einen ausgeglichenen Wasser- und Salz-Haushalt. Sie regulieren unseren Blutdruck, die Blutbildung, erzeugen lebenswichtige Hormone und sorgen für gesunde Knochen. Genügend Gründe, um regelmäßig zu prüfen, ob es ihnen gut geht.

Gesunder Lebensstil und regelmäßige Nieren-Check-ups

Das geschieht Christoph Wanner zufolge aber leider viel zu selten. Deshalb hat er als Präsident der „Europäischen Gesellschaft für Nephrologie“ (ERA-EDTA - European Renal Association – European Dialysis and Transplant Association) die europaweite Kampagne „Strong Kidneys“ ins Leben gerufen. „Mit den European Kidney Health Awareness Days „Strong Kidneys“ sollen so viele Personen wie möglich in ganz Europa erreicht werden. Wanner:

„Wir möchten der Allgemeinbevölkerung zeigen, wie faszinierend und wertvoll unsere Nieren sind, und wie man mit gesunder Ernährung, Bewegung, Achtsamkeit und einem Nierentest bei Menschen mit Risiko seine Gesundheit stärken kann.“

Unsere Nieren leiden zunächst leise. Wir spüren es anfangs kaum, wenn die Funktion nachlässt. Hinzu kommt, dass die Anzeichen für eine Nierenerkrankung zu Beginn nicht spezifisch sind. Wer denkt schon bei anhaltender Müdigkeit, geschwollenen Beinen und Augen, Muskelkrämpfen und Knochenschmerzen, juckender Haut und Appetitlosigkeit direkt an eine Nierenerkrankung?

Nierenprobleme frühzeitig entdecken, bevor es zu spät ist

Eine Schlüsselrolle beim Screening und der Risikominimierung haben daher die Hausärzte. „Ihnen möchten wir eine regelmäßige Früherkennung bei ihren Patienten nahelegen. Wird eine chronische Nierenerkrankung rechtzeitig erkannt und angemessen behandelt, kann das Fortschreiten der Erkrankung verlangsamt oder sogar gestoppt werden und das Risiko der damit verbundenen Komplikationen verringert werden“, so Wanner.

Ein systematisches und regelmäßiges Nierenscreening ist vor allem für Diabetiker und Menschen mit erhöhtem Blutdruck unerlässlich. Denn Zucker und Bluthochdruck bedrohen die Nieren, ebenso wie starkes Übergewicht und Vorerkrankungen.

Ein Nierentest beinhaltet zwei Prüfungen, einen Urintest auf Eiweiß, das so genannten Albumin, und eine Blutabnahme zur Messung des Kreatinin-Wertes. „Warten Sie nicht, bis das Herz auch in Mitleidenschaft gezogen wird, Sie eine Dialyse oder eine Transplantation benötigen“, betont Christoph Wanner.

Der weltweit bekannte Nephrologe aus Würzburg ist seit Juni 2020 Präsident der ERA-EDTA. Er war der erste, der das Potential von SGLT2-Inhibitoren bei der Behandlung von Patienten mit einer Chronischen Nierenerkrankung entdeckt hat. Jahrelang hatte sich keine neue Behandlungsoption als sicher und wirksam erwiesen, so dass kein neues Medikament in die klinische Praxis eingeführt werden konnte. Mit SGLT2-Inhibitoren gibt es jetzt eine ganz neue Substanzklasse, die sehr effektiv ist.

Aktionen im Rahmen der European Health Awareness Days

Wanner selbst geht bei der Prävention mit gutem Beispiel voran. Er radelt zum Beispiel jeden Morgen zur Arbeit. Gern hätte er in Würzburg im Rahmen der Kampagne vom 1. Mai bis zum Nierenkongress in Berlin vom 5. bis 8. Juni Radtouren, Wanderungen, Vorlesungen, öffentliche Sprechstunden und Aktionen in der Stadt

angeboten. Angesichts der Pandemie beschränken sich die Aktionen in Würzburg, Deutschland und Europa auf den virtuellen Raum. Wanners Team hat einen Animationsfilm erstellt, der in verschiedenen Sprachen in ganz Europa verbreitet werden soll, ebenso wie eine Webseite. Außerdem werden Webinare für Laien, Betroffene und Ärzte mit verschiedenen Themen angeboten. Inspiriert wurde Wanner von seinem Kollegen, dem Kardiologen Prof. Dr. Stefan Störk. Der Leiter der Herzinsuffizienz-Ambulanz im Deutschen Zentrum für Herzinsuffizienz (DZHI) hatte mit der European Society of Cardiology vor mehr als zehn Jahren mit großem Erfolg eine europaweite Aufklärungskampagne zur Herzinsuffizienz ins Leben gerufen.

Nieren-Webinar am 27. Mai um 17 Uhr

Alle Interessierten sind herzlich eingeladen zum Webinar „Stärke Deine Nieren“ am 27. Mai um 17 Uhr mit den Referenten Prof. Dr. Lothar Schramm vom Dialyse-Zentrum Würzburg, Prof. Dr. Stefan Störk und Christoph Wanner zu folgenden Themen:

- Lothar Schramm: Wunderwerk Niere - Kraftwerk und Kläranlage in unserem Körper
- Christoph Wanner: Was uns an die Nieren geht – Diabetes, Bluthochdruck, Übergewicht
- Stefan Störk: Auf Herz und Nieren prüfen – wie die Organe verbunden sind

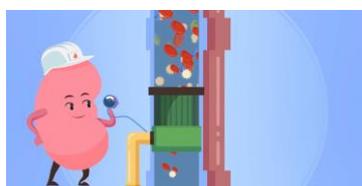
Bei Interesse bitte eine E-Mail an info@strongkidneys.eu schicken – Sie erhalten dann den Link zum Webinar via Skype for Business.



Unsere Nieren filtern jeden Tag aus 1800 Litern Blut 180 Liter Primärharn. Davon werden 1,8 Liter als Urin ausgeschieden
© Daniel Peter



Der Leiter der Klinischen Forschung und Nephrologie am Universitätsklinikum Würzburg, Prof. Dr. Christoph Wanner, hat als Präsident der europäischen nephrologischen Fachgesellschaft ERA-EDTA die Aufklärungskampagne „Strong Kidneys“ ins Leben gerufen. © Daniel Peter



In einem zweieinhalb minütigen Videoclip wird die Funktion der Niere gezeigt, was sie gefährdet und wie man sie schützt. Der Animationsfilm wird in verschiedenen Sprachen produziert und in ganz Europa verbreitet.
© Click&Clever