



Dr. med. Ulrich Paul Hinkel
Klinik für Nephrologie

zum Thema:

Die häufigsten Erkrankungen sind Folgen von Bluthochdruck oder Diabetes.

S. 1/1

2 Mal 150 Gramm – diese 300 Gramm, die durchschnittlich die beiden Nieren wiegen, entscheiden maßgeblich über unsere Gesundheit. Wenn die Nieren nicht mehr gut funktionieren, leidet der ganze Körper, z. B. das Herz, bei der kombinierten Herz-Nieren-Schwäche. Dr. Ulrich Paul Hinkel, Chefarzt der Klinik für Nephrologie über Trinkmengen, gesunden Urin und Dialyseverfahren.

Wie muss gesunder Urin aussehen?

Er darf gelb, hellgelb sein. Das kommt auf die Trinkmenge an. Urin produzieren zu können ist eine wunderbare Sache. Dialysepatienten können das nicht. Wenn beispielsweise ein Patient nach Jahren der Dialyse nach einer Transplantation wieder Urin lassen kann, dann ist das für die Betroffenen ein ganz besonderes Ereignis, auch ein emotionaler Moment. Wenn ich Weiterbildungen mache, erzähle ich diese Geschichte. Es ist nicht selbstverständlich, dass man gesund ist und auch nicht, dass man urinieren kann.

Wie oft ist normal?

Das kommt auf die Trinkmenge an. Bei Harnwegsinfekten muss man sehr oft auf die Toilette, man merkt es aber auch daran, dass man Schmerzen hat.

Viel Trinken in der Sommerzeit wird empfohlen, ab wann ist es zu viel?

Zu viel zu trinken, 10 bis 12 Liter am Tag, ist eine Krankheit. Diese Wassersucht ist auch für die Niere nicht gesund. Sie muss ja das ganze Wasser filtrieren. Zu viel ist es, wenn unter normalen Umständen, also nicht in der Sahara und auch nicht am Saunetag, mehr als zwei bis drei Liter getrunken werden. Man verdunstet über die Haut rund einen halben Liter, wenn man schwitzt, an heißen Tagen auch mehr.

Spielt es eine Rolle, ob man reines Wasser trinkt oder schwarzen Kaffee?

Das kommt darauf an, was man verträgt. Eigentlich spielt es keine Rolle. Das wichtigste bei den Getränken ist der Natriumgehalt, dieser sollte nicht zu hoch sein. Denn ein hoher Natriumgehalt sorgt für einen höheren Blutdruck und ein hoher Blutdruck schadet den Nieren.

Welche Nierenerkrankungen sind die häufigsten?

Die häufigsten Erkrankungen sind Folgen von Bluthochdruck oder Diabetes. Das sind auch die häufigsten Gründe für die Dialysepflicht von Patienten. Es gibt auch Zystennieren, Entzündungen am Nierenkörperchen und am Nierengewebe, das sind aber eher seltene Erkrankungen.

Wie sieht die Therapie bei einer Herz-Nieren-Schwäche aus?

Bei einem schwachen Herzen werden Medikamente eingesetzt, die am Hormonsystem der Niere wirken. Herz und Niere wird damit geholfen.

Stichwort Dialyse – welche Dialyseverfahren gibt es, wo sind die Unterschiede und was müssen Patienten beachten?

Die Dialyse ist ein Segen. Viele Patienten haben früher nicht die Möglichkeit gehabt, weil Plätze fehlten. Heute kann jedem Betroffenen ein Platz angeboten werden. Bei der Blutwäsche wird das Blut „gewaschen“, d. h. die Stoffwechselprodukte werden herausgefiltert. Ein gutes Verfahren, von dem viele Patienten profitieren. Die Bauchfelldialyse ist ein Verfahren, das der Blutwäsche komplett ebenbürtig ist. Der Vorteil: Die Patienten können dies auch zuhause machen. Die Bauchhöhle wird gespült, die Stoffwechselprodukte sammeln sich in der Spülflüssigkeit, die dann ausgeleitet wird.

Natürlich ist die Transplantation der Königsweg. Das ist ein Weg, den nicht alle gehen können, denn es gibt zu wenige Spender.