

PRESSEMELDUNG

„Strong Kidneys“. Europaweite Kampagnen für gesunde Nieren

2. Juni 2021

Bei jedem zehnten Erwachsenen in Europa ist die Nierenfunktion eingeschränkt. Fatal ist, dass viele Betroffene nichts von ihrer fortschreitenden Nierenschwäche merken. Um das Bewusstsein für die Bedeutung unserer Nieren zu schärfen und der Bevölkerung zu zeigen, wie sie ihre Nieren schützen kann, hat Prof. Dr. Christoph Wanner, ERA-EDTA-Präsident und Leiter der Nephrologie am Universitätsklinikum Würzburg, die Kampagne „Strong Kidneys“ initiiert.

Nierenerkrankungen werden unterschätzt. Sie verlaufen langsam und „leise“, viele Betroffene entwickeln erst kurz vor dem Organversagen Symptome, wenn der „point of no return“ bereits überschritten und eine chronische Dialysebehandlung oder eine Nierentransplantation indiziert ist. Zudem sind die Symptome anfangs sehr unspezifisch. Wer denkt schon bei anhaltender Müdigkeit, geschwollenen Beinen und Augen, Muskelkrämpfen und Knochenschmerzen, juckender Haut und Appetitlosigkeit direkt an eine Nierenerkrankung?

Dabei sind Nierenerkrankungen alles andere als selten – sie betreffen in etwa 10% der Bevölkerung – und alles andere als harmlos. Unbehandelt können die Betroffenen auf die Dialysepflichtigkeit zusteuern und darüber hinaus machen Begleitkomplikationen mitunter schon viel früher Probleme als die Nieren selbst. Nierenerkrankungen sind ein Risikofaktor für Herz-Kreislaufkrankungen und viele Betroffene erleben nicht einmal das Stadium der Dialysepflichtigkeit, einfach weil sie zuvor kardiovaskulären Erkrankungen wie Herzinfarkten oder Schlaganfällen erliegen, die ohne die zugrundeliegende Nierenerkrankung gar nicht eingetreten wären. „Das macht die Früherkennung von Nierenerkrankungen so wichtig und effektiv: Sie verhindert bzw. verzögert nicht nur die Dialysepflichtigkeit, sondern auch kardiovaskuläre Ereignisse, kurz: Sie ist nicht nur Nieren, sondern auch Gefäßschutz“, erklärt Professor Christoph Wanner, Präsident der ERA-EDTA und Initiator der Kampagne „Strong Kidneys“. Somit rechne sich ein früher Blick auf die Nieren auch volkswirtschaftlich. „Die Vorsorgeuntersuchungen, die Erhebung der GFR aus dem Blutserum und die Messung der Albuminurie im Urin, kosten nur wenige Euros, die sich langfristig auszahlen!“

Doch um eine Nierenkrankheit zu diagnostizieren, müssen die Menschen zunächst dafür sensibilisiert werden. Um das Thema in die öffentliche Wahrnehmung zu rücken, wurde daher die Kampagne „Strong Kidneys“ von der ERA-EDTA ins Leben gerufen.

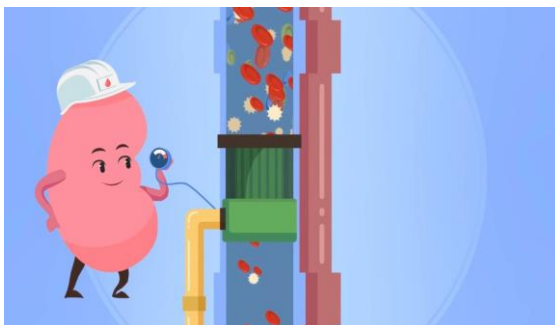
„Jeder, mit einem Risiko, sollte sich der Bedeutung unserer Nieren bewusst sein und regelmäßig vom Hausarzt/der Hausärztin überprüfen lassen, ob es ihnen gut geht,“ sagt Christoph Wanner. „Mit unserer Kampagne ‚Strong Kidneys‘ möchten wir zeigen, wie faszinierend und wertvoll unsere Nieren sind, und wie man das Organ schützen kann. Wer ein erhöhtes Risiko für eine Nierenerkrankung hat – zum Beispiel Menschen mit Diabetes mellitus, Bluthochdruck, Übergewicht oder, worauf vieles nun deutet, wer eine COVID-19-Erkrankung durchgemacht hat – sollte unbedingt regelmäßig seine Nierenfunktion testen lassen, das sehen die aktuellen Leitlinien der DEGAM [1] bei Risikopatientinnen/-patienten grundsätzlich vor.“

Die Kampagne zielt aber nicht nur auf die Früherkennung von Nierenerkrankungen ab, sondern auch auf die Prävention. „Jeder/jede kann mit gesunder Ernährung, Bewegung und Achtsamkeit seine Gesundheit stärken und das kommt auch den Nieren zugute. Wir möchten eine europaweite Aktion anstoßen, bei der den nationalen nephrologischen Fachgesellschaften die Rolle zukommt, die Bevölkerung in ihrem Land über Nierenerkrankungen und ihre Vermeidung zu informieren.“

In einem kurzen Video (<https://www.youtube.com/watch?v=meaxKgcYs98>) wird anschaulich erklärt, welche Funktion die Nieren haben und wie man ihre Gesundheit erhält: Durch regelmäßige Bewegung, gesunde, salzreduzierte Kost und durch die Kontrolle der Blutdruckwerte und des Blutzuckerspiegels. „Mit diesen einfachen Maßnahmen können wir die wichtigen Organe ein Leben lang gesund halten und wir hoffen, dass möglichst viele Menschen über unsere Kampagne davon erfahren“, erklärte Prof. Wanner abschließend.



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

ERA-EDTA Press Office

Dr. Bettina Albers

Tel. +49 3643 7764-23/mobile +49 174 2165629/ email: press@era-edta.org



EDUCATION



SCIENCE



NETWORKING



www.era-edta.org

in collaboration with
Deutsche Gesellschaft
für Nephrologie

58TH
ERA-EDTA
CONGRESS
FULLY VIRTUAL
JUNE 5-8, 2021