

Liebe Leserin, lieber Leser,

hat Ihr Arzt bei Ihnen eine Nierenerkrankung diagnostiziert? Oder befindet sich ein Familienmitglied in Behandlung bei einem Nephrologen, also einem Spezialisten für Nierenleiden? Dann bekommen Sie möglicherweise Aussagen zu hören wie: »Ihr Kreatininwert ist zu hoch«, »Es liegt eine Mikroalbuminurie vor« oder »Es besteht eine diabetische Nephropathie«.

Das sind alles Beschreibungen von Laborwerten oder Krankheitsbezeichnungen, nur leider in »medizinischen Chinesisch«. Deshalb haben wir – ein Team aus Fachärzten und Diätspezialisten – uns zum Ziel gesetzt, Sie über die wichtigsten Nierenleiden zu informieren. Wo es geht, verzichten wir auf Fachbegriffe, ansonsten erläutern wir sie so, dass jeder sie gut verstehen wird.

Aber vielleicht gibt es gar keinen aktuellen Krankheitsfall, sondern Sie möchten sich einfach allgemein über Nierenerkrankungen kundig machen. Auch dann ist dieses Buch richtig für Sie. Denn Sie finden viele Informationen darüber, wie Sie Ihre Nieren gesund erhalten können, und auch, welche Vorsorgeuntersuchungen nötig sind, um Krankheiten frühzeitig zu erkennen und damit rechtzeitig behandeln zu können.

Unsere Zeit ist eine, in der viele Menschen sprichwörtlich unter Hochdruck stehen – auch bei den Nierenerkrankungen spielt ein zu hoher Blutdruck fast immer eine entscheidende Rolle. Daher widmen wir dem Blutdruck ein ganzes Kapitel in diesem Buch. Das auch, weil hoher Blutdruck recht einfach zu behandeln ist und Sie selbst viel Einfluss darauf haben – z. B. über die Ernährung. Sie ist ein weiterer wichtiger Baustein, wenn es darum geht, geschädigte Nieren zu schonen und funktions-

tüchtig zu erhalten. Sie werden sehen, dass Sie selbst viel für die Nieren tun können!

Zudem sind wir heute medizinisch so weit, dass wir Nierenerkrankungen recht gut und mit wenig belastenden Verfahren untersuchen können. Früher wurde fast jeder Patient mit einer Nierenerkrankung geröntgt und das gleich mehrmals. Man nutzte radioaktive Stoffe, um die Nieren bildlich darzustellen oder ihre Funktion zu messen. Auch Eingriffe mit Kathetern in den Nierengefäßen oder in den Harnleitern waren in den 80er- und 90er-Jahren noch an der Tagesordnung. Heute können wir schmerzfrei, ohne Röntgenstrahlen oder Kathetereingriffe, die Nierengefäße und auch die ableitenden Harnwege mit modernem Ultraschall oder mit Kernspin genauestens darstellen. Auch die alte Methode der Harnanalyse ist besser geworden. Was bleibt, ist, dass wir bei Nierenentzündungen oft an einer Nierenpunktion (Nierenbiopsie) nicht vorbeikommen, um etwas Nierengewebe für eine feingewebliche Untersuchung zu gewinnen. Auch Genanalysen können bei bestimmten Nierenerkrankungen inzwischen sehr genaue Diagnosen liefern, die vor 10 bis 20 Jahren noch undenkbar waren.

Viel getan hat sich auch in der Therapie. Heute können wir Nierenerkrankungen wirksamer behandeln als noch vor 20 Jahren und so oft langfristige Schäden vermeiden. Manche Behandlungsmethoden betreffen praktisch alle Betroffenen mit Nierenerkrankungen – oder jedenfalls den größten Teil. Andere Methoden wiederum sind sehr speziell für einzelne Nierenerkrankungen. Zukunftsmusik ist noch die Behandlung von vererbten Nierenerkrankungen, daran wird aber sehr aktiv geforscht. Gleiches gilt für die Züchtung von künstlichen Nieren, sozusagen im Reagenzglas, oder die Transplantation von Schweinenieren auf den Menschen. Das alles sind doch gute Nachrichten!

Bleiben Sie gesund!

München, im Oktober 2021
Johannes Mann