

PRESSEMITTEILUNG

Weltnierentag 2024

Mehr Aufmerksamkeit für Multitalent Niere

Die Nieren sind gerade einmal faustgroß und leisten jeden Tag Großartiges. Das ist den meisten Menschen nicht bewusst – erst bei Funktionsstörungen der Nieren wird offensichtlich, wie wichtig dieses Organ ist. Anlässlich des Weltnierentages am 14. März 2024 weist das KfH auf wesentliche Fakten rund um die oftmals unterschätzten Nieren hin und rät gleichzeitig, mehr auf die eigene Nierengesundheit zu achten.

Neu-Isenburg, 11.03.2024. Die Nieren übernehmen eine ganze Reihe von Aufgaben im Körper: Neben der Entgiftung sorgen sie unter anderem für einen ausgeglichenen Flüssigkeitshaushalt, die Kontrolle des Säure-Basen-Gleichgewichts und einen gesunden Blutdruck. Darüber hinaus spielen sie eine wichtige Rolle beim Knochenstoffwechsel. Mit ihrer Filterfunktion übernehmen die Nieren eine zentrale Rolle bei der Blutreinigung. Sie sind unter anderem dafür zuständig, die Endprodukte verschiedener körpereigener Stoffwechselprozesse auszuscheiden. Zudem sind sie an vielen weiteren lebenswichtigen Prozessen im Körper direkt beteiligt.

Gesund leben und Warnhinweise ernst nehmen

„Unsere Nieren benötigen mehr Aufmerksamkeit“, betont Professor Dr. med. Dieter Bach, Vorstandsvorsitzender des KfH Kuratorium für Dialyse und Nierentransplantation e. V., anlässlich des Weltnierentages am 14. März 2024. Oftmals würden Warnhinweise des Körpers nicht in Verbindung mit einer Erkrankung der Nieren gebracht, wobei schon einfache Urintests aufschlussreich sein könnten. Alle Möglichkeiten, das Entstehen oder Fortschreiten einer Nierenerkrankung zu verhindern, sollten wahrgenommen werden. Persönlich könne man ebenso dazu beitragen: „Bewegung, gesunde Ernährung, kein Übergewicht und am besten kein Alkohol- und Nikotinkonsum hält die Gefäße und damit die Nieren gesund“, erklärt Bach. Gerade Patientinnen und Patienten mit Diabetes mellitus oder Bluthochdruck sollten ganz besonders auf sich achten und ihren

HERAUSGEBER

KfH Kuratorium für Dialyse und Nierentransplantation e.V.
Martin-Behaim-Str. 20
63263 Neu-Isenburg

PRESSESTELLE

Ilja Stracke (Leitung)
Telefon: 06102/359-328

Claudia Brandt (Assistenz)
Telefon: 06102/359-464

presse@kfh.de
www.kfh.de

Blutdruck und/oder Blutzucker bei ihrer behandelnden Ärztin oder ihrem Arzt gut einstellen lassen.

Dialyse als Lebensrettung – seit 100 Jahren

Vor 100 Jahren, im Jahr 1924 führte der Gießener Internist Georg Haas die weltweit erste Dialysebehandlung an einem Menschen durch. Bis heute ist die Dialyse das einzige Therapieverfahren, das ein Organ dauerhaft ersetzen kann. „Für Menschen, deren Nieren chronisch erkranken und in der Folge nicht mehr ihren wichtigen Funktionen nachkommen können, ist die Dialyse oder aber eine Nierentransplantation lebensrettend“, betont Bach. Gerade anlässlich des Weltniertages wolle er vor dem Hintergrund des Organmangels auch hierfür Bewusstsein schaffen.

Was unsere Nieren alles leisten

Unsere Nieren ...

- filtern bis zu 300-mal pro Tag die gesamte Blutmenge. Insgesamt passieren so etwa 1.800 Liter täglich die Nieren. Über den Urin, den die Nieren produzieren, werden Giftstoffe und Stoffwechselabbau-Produkte ausgeschieden.
- regulieren über die Menge der ausgeschiedenen Flüssigkeit auch den Blutdruck: Sie halten entweder Wasser zurück oder scheiden es vermehrt über den Urin aus. Wenn Wasser zurückgehalten wird, erhöht sich die Flüssigkeitsmenge in den Blutgefäßen – der Blutdruck steigt. Die Nieren bilden außerdem das hormonähnliche Eiweiß Renin, das ebenfalls einen Anstieg des Blutdrucks bewirkt.
- regulieren durch die Menge der ausgeschiedenen Flüssigkeit den Elektrolyt-haushalt und haben damit Einfluss auf die Konzentration von zum Beispiel Natrium und Kalium im Blut.
- scheiden Säure aus und halten so den pH-Wert im Körper möglichst konstant.
- können Glukose produzieren und ins Blut abgeben, wenn der Blutzuckerspiegel zu niedrig ist.

- bilden das Hormon Erythropoietin (EPO), das das Knochenmark zur Bildung roter Blutkörperchen anregt. Damit haben sie auch Einfluss auf den Sauerstoffgehalt im Blut.
- aktivieren das durch die Nahrung aufgenommene oder durch die Sonne in der Haut gebildete Vitamin D und machen es damit für die Knochenbildung und -stabilisierung verfügbar.

Weitere nützliche Informationen rund um die Nieren gibt es auf www.nierenwissen.de sowie in den KfH-Patientenratgebern, die auf www.kfh.de/infomaterial/patientenratgeber zum Download zur Verfügung stehen oder über info@kfh.de bestellt werden können.

[Link zur Infografik: Multitalent Niere](#)

Bildunterschrift:

Multitalent Niere: Wichtige Fakten rund um das unterschätzte Organ. Grafik: KfH.

Das gemeinnützige KfH Kuratorium für Dialyse und Nierentransplantation e.V. steht für eine qualitativ hochwertige und integrative nephrologische Versorgung nierenkranker Patientinnen und Patienten. Es wurde im Jahr 1969 gegründet und ist damit zugleich der älteste und größte Dialyseanbieter in Deutschland. In mehr als 200 KfH-Zentren werden rund 18.000 Dialysepatientinnen und -patienten sowie aktuell mehr als 73.000 Sprechstundenpatientinnen und -patienten umfassend behandelt.