

NIEREN- ERKRANKUNG: WIE GROSS IST IHR RISIKO?



DR. MED. JAN BRÜGGER

Facharzt für Innere Medizin und Nephrologie,
Inhaber und leitender Arzt Nephro am See.

In der ersten Kolumne habe ich davon berichtet, dass zehn Prozent der Bevölkerung von einer Nierenerkrankung betroffen sind, häufig ohne es zu wissen. In dieser Ausgabe geht es um die bekanntesten Risikofaktoren: zum Beispiel Bluthochdruck.

Der menschliche Organismus ist nicht einfach die Summe von Organen und Funktionen, sondern vielmehr ein faszinierendes Ensemble, das im besten Fall harmonisch zusammenspielt. Dies bedeutet gleichzeitig, dass sich sowohl die Gesundheit als auch die Erkrankung von einzelnen Komponenten auf das ganze System auswirken. Bezüglich der Nierenfunktion weiss man aus zahlreichen Studien, dass sich insbesondere Bluthochdruck und Diabetes als ausgeprägte Risikofaktoren erweisen. Leiden Sie an einem von beidem, empfiehlt sich deshalb eine vorsorgende Kontrolle der Nieren unbedingt.

AUSWIRKUNGEN DES LEBENSSTILS

Was für die Gesunderhaltung von Körper und Geist im Allgemeinen gilt, trifft für die Nieren ganz besonders zu: Übergewicht, etwa durch den Konsum von zu vielen Fertigprodukten, sowie Rauchen erhöhen das Risiko einer Erkrankung. Umgekehrt bedeutet dies: Der Verzicht auf Teer und Nikotin sowie eine sparsame und gesunde Ernährung schonen den Körper und damit auch die Nieren.

FAMILIÄRE WURZELN ALS FAKTOR

Menschen mit afrikanischen, asiatischen, australischen oder hispanischen Wurzeln sind erfahrungsgemäss häufiger von chronischen Nierenerkrankungen betroffen als solche mit Wurzeln im mitteleuropäischen Raum. Auch unabhängig von regionalen Aspekten spielt die Familiengeschichte beim Abschätzen der Risiken eine wichtige Rolle. Sprechen Sie mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt darüber, wenn in Ihrer Familie Nierenerkrankungen vorkamen.

Chronische Nierenerkrankungen kommen in sämtlichen Altersgruppen vor. Bedingt durch den Lebensstil steigen die Risiken allerdings mit dem Alter. So sind zwischen dem 65. und dem 74. Lebensjahr ungefähr jede vierte Frau und jeder fünfte Mann betroffen, ab 75 ist es weltweit bereits jede zweite Person. Da Nierenerkrankungen oft über lange Zeit nicht erkannt werden, ist ab 50 Jahren regelmässige Kontrolle eine unerlässliche Vorsorgemassnahme.

NIERENERKRANKUNGEN KÖNNEN FAMILIENGESCHICHTEN PRÄGEN.

FRÜHZEITIGE ABKLÄRUNG

Vielleicht haben Sie das eine oder andere Risiko für eine Nierenerkrankung erkannt und möchten sich diesbezüglich absichern. Wenden Sie sich dazu am besten telefonisch an das Praxis-Team von Nephro am See. Sie erhalten Auskunft zur Vorsorge und zu den unkomplizierten Testverfahren. Mit einer frühzeitigen Kontaktaufnahme tun Sie Ihren Nieren Gutes.

Nephro am See
Seestrasse 85, 8810 Horgen
Telefon 044 208 88 00
praxis@nephroamsee.ch

NEPHRO AM SEE

Nephro am See ist ein modernes Zentrum für Nierenheilkunde und Dialyse und befindet sich in den Seehallen Horgen. Es wird durch das Inhaberpaar Dr. Lea Brügger, Geschäftsführerin, und Dr. Jan Brügger, leitender Arzt, geführt. Nierenerkrankungen werden mit modernsten Methoden abgeklärt und nicht-chirurgisch behandelt. Vor- und Nachbetreuung bei Nierentransplantationen sowie 23 Dialyse-Plätze mit Blick auf den See runden das Angebot ab. Nephro am See setzt auf enge Kooperationen mit zuweisenden Ärztinnen und Ärzten der Region.

nephroamsee.ch