

**DR. MED. JAN BRÜGGER**

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

KRANKE NIEREN: WAS SIND DIE SYMPTOME?

Die Pandemie hat unsere Achtsamkeit in den vergangenen Monaten auf Symptome wie Hals-schmerzen, Fieber oder Husten gelenkt. Dies ist verständlich und sinnvoll. Gleichzeitig besteht die Gefahr, dass Anderes weniger beachtet wird. Im Fall der Nieren, deren Erkrankung oft jahrelang verborgen bleibt, lohnt sich ein prüfender Blick ganz besonders.

Rund zehn Prozent der Bevölkerung sind von einer Nierenerkrankung betroffen, ohne dies zu wissen. In der letzten Kolumne hatte ich Ihnen wichtige Risikofaktoren vorgestellt: Diabetes, Bluthochdruck, ungesunder Lebensstil sowie Nierenerkrankungen in der Familie. Trifft einer dieser Faktoren auf Sie zu, empfiehlt sich das Gespräch mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt.

MÖGLICHE SYMPTOME EINER NIERENERKRANKUNG

Ist eine Nierenerkrankung eingetreten, gibt es eine Reihe von Symptomen, die darauf hinweisen könnten. Einige davon zeigen sich durch Veränderungen beim Wasserlassen:

- > Deutlich vermehrtes oder verringertes Wasserlösen
- > Blut im Urin oder Veränderung der Farbe
- > Blasen im Urin oder schäumender Urin

MÜDIGKEIT, SCHMERZEN ODER ATEMPROBLEME?

Nebst den Merkmalen beim Wasserlassen gibt es eine Reihe weiterer möglicher Anzeichen für eine Nierenerkrankung. Es lohnt sich, bei folgenden Beschwerden aufmerksam zu sein:

Allgemeines Befinden

- > Allgemeine Müdigkeit oder regelmässige Benommenheit
- > Energie- oder Konzentrationsverlust
- > Nervosität und Schlafprobleme
- > Atemnot beziehungsweise Kurzatmigkeit
- > Anhaltende Appetitlosigkeit oder Übelkeit
- > Schüttelfrost oder gestörtes Temperaturempfinden

Haut, Mund und Augen

- > Trockene, gereizte oder juckende Haut
- > Aufgedunsene Augen
- > Metallischer oder veränderter Geschmack im Mund

Schmerzen und Schwellungen

- > Schmerzen in Beinen, oberem Rücken oder in den Leisten
- > Schwellungen, vor allem an Beinen, Fussgelenken oder Händen
- > Muskelkrämpfe

Die Symptome müssen nicht zwingend mit einer Nierenerkrankung in Verbindung stehen, könnten aber ein entscheidender Hinweis sein. Es empfiehlt sich, frühzeitig Abklärungen zu treffen. Gerade während der Pandemie ist es wichtig, dem ganzen Körper Sorge zu tragen: durch einen gesunden Lebensstil sowie durch Aufmerksamkeit auf all-fällige Veränderungen.

GERADE JETZT SOLLTEN WIR UNSEREM GANZEN KÖRPER SORGE TRAGEN.

FRÜHZEITIGE ABKLÄRUNG

Chronische Nierenerkrankungen kommen in sämtlichen Altersgruppen vor. Bedingt durch den Lebensstil steigen die Risiken allerdings mit dem Alter. Vielleicht haben Sie bei sich ein Risiko oder gar ein mögliches Symptom erkannt und möchten sich absichern? Wenden Sie sich am besten telefonisch an das Praxis-Team von Nephro am See. Sie erhalten Auskunft zur Vorsorge, zu unkomplizierten Testverfahren sowie zu allen Behandlungsoptionen. Sie sind herzlich willkommen. Ich wünsche Ihnen von Herzen Gesundheit und ein unbeschwertes Jahr.

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 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 Kooperation mit zuweisenden Ärztinnen und Ärzten der Region. — **nephroamsee.ch**