

Nierengesundheit: Wasserspaß ohne Folgen

BERLIN – Endlich ist der Sommer da – zumindest Meteorologen datieren den Sommerbeginn auf Anfang Juni. Nicht überall herrschen schon Freibad-taugliche Temperaturen. Wer dennoch nicht länger auf Badespaß verzichten möchte, sollte seine Nieren schützen, so das IPF. Steigt etwa eine Blasenentzündung bis in die Nieren auf, kann es zu dauerhaften Nierenschäden kommen. Labortests zeigen, ob die Niere gesund ist.

Nierenbeckenentzündung vermeiden

Dringen Bakterien über die Harnröhre in den Organismus ein, können Harnwegsinfektionen entstehen. Steigt eine Blasenentzündung über die Harnleiter bis in die Nieren empor, droht gar eine Nierenbeckenentzündung (Pyelonephritis). Kälte begünstigt die Infektion. Wasserratten sollten nach dem Schwimmen zügig in trockene Kleidung wechseln und sich auf wärmenden Unterlagen ausruhen. Stellen sich dennoch zusätzlich zu häufigem Harndrang hohes Fieber, Schüttelfrost und Abgeschlagenheit sowie Rücken- und Flankenschmerzen ein, sollte der Arzt klären, ob eine Nierenbeckenentzündung vorliegt. Mittels Labortests untersucht er den Urin auf Bakterien. Auch die Anzahl weißer Blutkörperchen im Urin weist auf Entzündungen hin.

Labortests klären Nierenfunktion

Chronische Erkrankungen wie etwa Diabetes und Bluthochdruck können ebenfalls die Nieren schädigen. Bestimmte Eiweiße im Urin deuten auf Nierenfunktionsstörungen hin, ein hoher Kreatininwert im Blut zeigt an, dass die Niere den Körper nicht mehr ausreichend entgiftet. Problematisch: Die Kreatininkonzentration steigt erst, wenn die Organe nur noch die Hälfte ihrer Leistung erbringen. Ein Bluttest auf Cystatin C erkennt Nierenschäden frühzeitiger. Die gesetzlichen Krankenversicherungen übernehmen die Kosten für diesen Test jedoch nur in bestimmten Fällen. Der Check-up 35 bietet Kassenpatienten alle zwei Jahre eine kostenlose Gesundheitsuntersuchung, die auch Urintests vorsieht und Risikofaktoren für Nierenerkrankungen wie Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Diabetes abklärt.

Weitere Informationen enthält das IPF-Faltblatt „Nierenerkrankungen“. Es kann kostenlos unter www.vorsorge-online.de heruntergeladen werden. Wer keinen Internetanschluss hat, kann es auch schriftlich bestellen beim IPF-Versandservice, Postfach 27 58, 63563 Gelnhausen. Dabei unbedingt den Titel des IPF-Faltblatts angeben, Namen und vollständige Adresse.

Das Infozentrum für Prävention und Früherkennung (IPF) informiert die Öffentlichkeit über bestehende Möglichkeiten der Krankheitsvorsorge durch Laboruntersuchungen. Seit über 15 Jahren veröffentlicht das IPF in Zusammenarbeit mit anerkannten Experten Broschüren und Faltblätter zu einzelnen Krankheiten und deren Früherkennung. Diese Veröffentlichungen können kostenlos angefordert werden. Das IPF wird vom Verband der Diagnostica-Industrie (VDGH) unterstützt. Seine Neutralität wird durch einen wissenschaftlichen Beirat gewährleistet, dem erfahrene Ärzte angehören. Weitere Informationen erhalten Sie unter www.vorsorge-online.de

AUSGABEDATUM

06.06.2017

RÜCKFRAGEN AN

Susanne Gerhards

Redaktionsleiterin

T 030-200 599 48

presse@vorsorge-online.de

www.vorsorge-online.de

twitter.com/vorsorgeonline