

## PRESSEMITTEILUNG

**Weltnierentag 2025**

### **„Prävention ist der Schlüssel zur Nierengesundheit“**

Neu-Isenburg, 04.03.2025. Anlässlich des Weltnierentags am 13. März 2025 betont Professor Dr. med. Dieter Bach, Vorstandsvorsitzender des KfH Kuratorium für Dialyse und Nierentransplantation e. V., die Bedeutung der Früherkennung von Nierenerkrankungen. Im Interview erläutert er, welche Maßnahmen helfen können, Nierenschäden frühzeitig zu erkennen und vorzubeugen.

### **Der Weltnierentag 2025 steht unter dem Motto „Are your kidneys okay?“ (Sind Ihre Nieren okay?). Warum ist dieses Thema so wichtig?**

„Weltweit sind etwa 850 Millionen Menschen von einer chronischen Nierenerkrankung betroffen – oft ohne es zu wissen. In Deutschland ist es fast jeder zehnte Mensch, doch viele spüren lange keine Symptome. Das macht die Erkrankung so tückisch. Wenn sie erst in einem fortgeschrittenen Stadium entdeckt wird, sind die Therapiemöglichkeiten oftmals schon eingeschränkt. Deshalb ist es so entscheidend, frühzeitig auf die Nierengesundheit zu achten und Risikofaktoren zu kennen. Die Prävention ist der Schlüssel zur Nierengesundheit. Darauf setzt auch der diesjährige Weltnierentag mit seinem Motto „Are your kidneys okay?“

### **Welche Faktoren begünstigen eine Nierenerkrankung?**

„Neben genetischer Veranlagung spielen vor allem Bluthochdruck, Diabetes und Herz-Kreislauf-Erkrankungen eine große Rolle. Auch starkes Übergewicht kann das Risiko erhöhen. Wer diese Risikofaktoren früh erkennt und behandelt, kann seine Nieren schützen und schwerwiegende Folgen vermeiden.“

### **Was passiert bei einer Nierenschädigung?**

„Die Nieren übernehmen eine zentrale Rolle bei der Blutreinigung. Täglich filtern sie ca. 1.800 Liter Blut und führen Abfallstoffe wie Harnstoffe, Medikamentenreste oder Gifte über den Urin ab. Dafür sind in jeder Niere rund eine Millionen Nierenkörperchen (Glomeruli) in der Nierenrinde zuständig. Im Laufe des Lebens nimmt die Funktion der Nieren bei allen Menschen ab. Kommen Faktoren wie Bluthochdruck oder ein Diabetes dazu, verlieren zunehmend mehr Nierenkörperchen ihre Fähigkeit, den Harn zu produzieren und es kann zu Nierenschäden kommen.“

### **Was kann man tun, um seine Nierengesundheit zu erhalten?**

„Es empfiehlt sich, regelmäßige Kontrolluntersuchungen, beispielsweise im Rahmen eines Check-ups, bei der Hausärztin oder dem Hausarzt vorzunehmen.“

#### 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

Einfache Untersuchungen können bereits wertvolle Hinweise auf eine Nierenschädigung geben. Die kürzlich aktualisierte S3-Leitlinie der Deutschen Gesellschaft für Allgemeinmedizin (DEGAM) und der Deutschen Gesellschaft für Nephrologie (DGfN) bestätigt, wie wichtig diese Maßnahmen sind. Durch die verbesserte Risikoeinschätzung wird die Versorgung von Patientinnen und Patienten mit chronischer, nicht-dialysepflichtiger Nierenkrankheit gestärkt. Auch persönlich lässt sich etwas tun: Ein gesunder Lebensstil, ausreichend Bewegung und die Vermeidung von Risikofaktoren wie Rauchen oder übermäßiger Alkoholkonsum helfen, die Nieren gesund zu erhalten.“

#### **Welche Untersuchungen sind zur Vorsorge sinnvoll?**

„Bei der Diagnostik geben vor allem Blut- und Urinuntersuchungen Aufschluss. Beim Urin wird das Verhältnis von Albumin, einem Eiweiß, und dem Kreatinin, ein Abfallprodukt der Niere und Leber (UACR), bestimmt. Im Blut kann das Cystatin C, ebenfalls ein Protein, für die Beurteilung der Nierenfunktion herangezogen werden. Schon eine geringe Erhöhung im Blut gibt einen Hinweis, dass die Filterleistung eingeschränkt ist.“

#### **Welche Rolle spielt das KfH in der Früherkennung und Behandlung?**

„Wir arbeiten eng mit Hausärztinnen und Hausärzten zusammen, um eine frühzeitige Diagnose zu ermöglichen. Neue Medikamente, sogenannte SGLT-2-Hemmer, können das Fortschreiten einer Erkrankung und damit eine Dialyse oder Nierentransplantation hinauszögern oder sogar verhindern. In unseren Nephrologischen Sprechstunden, die im Quartal bundesweit durchschnittlich 70.000 Menschen besuchen, werden nierenkranke Patientinnen und Patienten von qualifizierten Fachärztinnen und Fachärzten beraten und betreut.“

#### [Fotolink Professor Bach](#)

**Bildunterschrift:** Um die Nieren gesund zu erhalten, rät KfH-Vorstandsvorsitzender Professor Dr. med. Dieter Bach, regelmäßig die Möglichkeiten der Vorsorge zu nutzen.

Das KfH Kuratorium für Dialyse und Nierentransplantation e.V. steht für eine qualitativ hochwertige und integrative nephrologische Versorgung nierenkranker Patientinnen und Patienten. Es wurde vor im Jahr 1969 gegründet und ist damit zugleich der älteste und größte Dialyseanbieter in Deutschland. In mehr als 200 KfH-Zentren bundesweit, darunter 17 KfH-Nierenzentren für Kinder und Jugendliche, werden etwa 18.000 Dialysepatientinnen und -patienten sowie aktuell rund 75.000 Sprechstundenpatientinnen und -patienten umfassend behandelt.