

**„Mit Organspende
auseinandersetzen“**

Die neue Patienten-
beauftragte im Interview

Ernährung

Schwankungen des
Kaliumspiegels vermeiden

Neuropathie

Was jetzt gegen
Juckreiz hilft

Digitalisierung

Wie Patienten profitieren

Blick zurück und nach vorn

In der zweiten Ausgabe von KfH-aspekte spannen wir zeitlich einen weiten Bogen: Mit der Vorstellung des KfH-Jahresberichts 2018 halten wir zunächst Rückschau auf ein sehr bewegtes Jahr 2018, das in vielen Bereichen von Wandlungsprozessen geprägt war wie zum Beispiel die Veränderungen in der nephrologischen Versorgungslandschaft, die Entwicklung der Patientenzahlen, die demografische Entwicklung, die geänderten Gesetzgebungen oder die fortschreitende Digitalisierung. Auf den Seiten 4 und 5 erhalten Sie neben Zahlen und Daten „wichtige Einblicke“ dazu. Gleich im Anschluss daran wagen wir schon einmal einen Blick in die Zukunft. Was erwartet uns in den nächsten Jahren an medizinisch-technischen Entwicklungen und welchen Einfluss nehmen diese auf die nephrologische Behandlung? Sie werden überrascht sein, was heute schon alles möglich ist. Mit einer Datenbrille beispielsweise können Patienten und Pflegepersonal in Virtual Reality gemeinsam üben, eine Bauchfelldialyse durchzuführen. Doch bei aller Begeisterung dafür, haben wir auch die kritische Seite auf dem Schirm – Stichwort Datenschutz.



Besonders freut es mich, dass wir mit Prof. Dr. Claudia Schmidtke, der neuen Patientenbeauftragten der Bundesregierung, nicht nur über Organspende, sondern auch über das Thema Krankenfahrten sprechen konnten. Lesen Sie ein spannendes Interview.

Nach so viel Information können Sie bei der Lektüre unseres Mitarbeiterporträts oder unseres Reisevorschlags sicher ein wenig entspannen. Oder Sie schauen einfach mal in Ihr Fotoalbum und machen mit beim Fotowettbewerb, den wir anlässlich unseres 50. Jubiläums in diesem Jahr ausgeschrieben haben. Mehr dazu auf Seite 22.

Ich wünsche Ihnen viel Spaß beim Lesen und grüße Sie

Professor Dr. med. Dieter Bach
Vorstandsvorsitzender

KfH kompakt

- 3 **Aktuelles**
Aus dem KfH
- 4 **KfH-Jahresbericht**
Interessante Einblicke

KfH thema

- 6 **Digitalisierung**
Wie Patienten profitieren



KfH leben

- 12 **Mitarbeiterporträt**
„Mein Beruf ist für mich mehr als ein Job“
- 14 **Ernährung**
Schwankungen des Kaliumspiegels vermeiden

KfH wissen

- 16 Die neue Patientenbeauftragte im Interview
- 18 **Neuropathie**
Was gegen den Juckreiz hilft

KfH service

- 20 **Reiseserie**
Mein Lieblingsort: Der Odenwald
- 22 **Leseraktion und Gewinnspiel**

Neubau setzt Maßstäbe

Schmuck sieht es aus, das neue KfH-Nierenzentrum Ochsensfurt. Seit Februar läuft der Betrieb am neuen Standort in direkter Nähe zur Main-Klinik. Das zweigeschossige Gebäude bedeutet mehr Komfort und Platz für die rund 60 Dialysepatienten. Es ist energieeffizient gebaut, und an den



32 Patientenplätzen wird sozusagen mit Sonne dialysiert: Die auf dem Flachdach installierte Photovoltaikanlage deckt fast die Hälfte des Jahresstromverbrauchs. Weiterer Pluspunkt in Sachen Nachhaltigkeit: die Ladestation für Elektroautos vor der Tür.

Kunst im KfH

Medizinische Räume durch Kunst freundlich gestalten – in den KfH-Nierenzentren in Bonn und Neuwied ist das momentan der Fall. Während in der Bundesstadt noch bis Ende des Jahres verfremdete Fotos und digitale Zeichnungen von Astrid Meiners-Heithausen gezeigt werden, sind fünfzig Kilometer rheinaufwärts in Neuwied bis Ende September farbenfrohe Gemälde von Gudrun Vielmuth zu besichtigen (oben mit der ärztlichen Leiterin Dr. Katrin Mathieu-Koch und Fachpflegekraft Branka Pfeiffer).



40 Jahre lang das Beste daraus gemacht

Am 17. März 1979 erhielt Stefan Schürmann im KfH-Nierenzentrum Wuppertal seine erste Hämodialysebehandlung. Von Geburt an nierenkrank, versagten die Organe mit 18 Jahren vollends. Der 57-Jährige hat immer das Beste daraus gemacht: Er musiziert, und auf Reisen nach Spanien nutzt er die Urlaubsdialyse. Die familiäre Atmosphäre im KfH-Zentrum trage zu seiner positiven Lebenseinstellung bei, erzählt er. „Wir verbringen viel Zeit miteinander, sodass man untereinander auch die Freuden, Sorgen und Nöte kennt und teilt.“ Sein behandelnder Nephrologe Marc Borrmann (im Bild mit Kollegin Dr. Katrin Pommerenke) sagt: „Vierzig Jahre an der Dialyse sind eine Seltenheit.“



Pilotprojekt zur Heimdialyse



In den KfH-Nierenzentren in Köln-Merheim und Hannover (Stadtfelddamm) läuft ein Pilotprojekt für die Heimhämodialyse. Erstmals im deutschsprachigen Raum testen dabei Patienten drei Monate lang portable Geräte eines US-Herstellers. Dr. Benno Kitsche (im Bild mit einer Pilotprojekt-Patientin), Heimdialysebeauftragter des KfH-Vorstands und leitender Arzt in Köln-Merheim, sagt:

„Dem Wunsch der Patienten nach einfachen, kleinen und transportablen Heimdialysegeräten können wir nur nachkommen, wenn wir diese in der Anwendung kennenlernen. Wir brauchen heute, genau wie vor 50 Jahren, Innovationen für unsere Patienten. Damals hat das KfH die ambulante Dialyse in Deutschland erstmals möglich gemacht.“ Im April 2020 wollen die Projektleiter Dr. Frank Merkel (Köln-Merheim) und PD Dr. Roland Schmitt (Hannover) auf dem 13. Kölner Heimdialyse-Kongress über ihre Erfahrungen berichten.

PROMINENTE STIMME



» „Im Sport steht Teamgeist an oberster Stelle. Potenzieller Organspender zu sein bedeutet für mich ein Stück Kameradschaft.“

Heiner Brand

Die Handball-Legende gewann mit der Nationalmannschaft als Spieler (1978) und als Trainer (2007) die Weltmeisterschaft und tritt seit vielen Jahren öffentlich als „Sportler für Organspende“ ein.

JAHRESBERICHT 2018

Interessante Einblicke

Im Jahresbericht geht das KfH neben Zahlen und Daten auch auf patientennahe Themen ein

Alle Bestrebungen dienen vornehmlich dem Erhalt und der Weiterentwicklung einer bestmöglichen Patientenbetreuung“, resümiert der Vorstandsvorsitzende Professor Dr. med. Dieter Bach im Jahresbericht 2018. Die Zusammenfassung enthält viele Einsichten in die KfH-Arbeit und Ansichten zu wichtigen Themen.

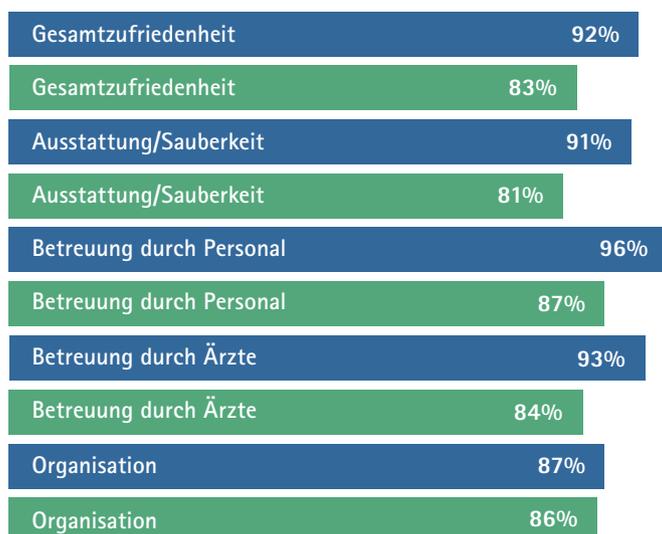
Zunächst blicken wir auf die Personalsituation: Für die Patienten arbeiteten in den mehr als 200 KfH-Zentren im vergangenen Jahr 6.738 Menschen. Das multiprofessionell zusammengesetzte KfH-Team aus Ärzten, Gesundheits- und Krankenpflegern, Assistenzpersonal, Mitarbeitenden in der psychosozialen Betreuung sowie in Logistik, Verwaltung und Technik gewährleistete die bestmögliche Versorgung. Ein

in 2018 weiterentwickeltes Personalkonzept sowie gezielte Weiterbildungsförderung und Nachfolgeplanung werden diese weiterhin sicherstellen. Das neue und proaktive Personalmarketing soll hierbei ebenfalls unterstützen, um einem Fachkräftemangel vorzubeugen.

Auch interessant ist der Blick auf die Altersstruktur der behandelten Patienten. Mehr als 70 Prozent der KfH-Patienten waren im Jahr 2018 bei Beginn einer Dialysetherapie (Erstdialyse) bereits über 60 Jahre, ein Fünftel sogar über 80 Jahre alt. Neben speziellen nephrologischen Aufgabstellungen bringen ältere Dialysepatienten besondere Eigenheiten und Herausforderungen für Ärzte und Pflegepersonal mit. Das KfH reagiert und hat 2018 beispielsweise die eigene Empfehlung „Sturzprophylaxe“ überarbeitet und auf die

Hohe Patientenzufriedenheit

Prozentualer Anteil der erwachsenen Patienten, die mit „sehr gut“/„gut“ bewertet haben.



● KfH-Sprechstundenpatienten (Umfrage 2018, ca. 6.700 Teilnehmer)

● KfH-Dialysepatienten (Umfrage 2017, ca. 8.600 Teilnehmer)

aktuellen Anforderungen angepasst. Die Empfehlung sorgt für Sicherheit und soll die Selbstständigkeit des Patienten erhalten.

Und wie steht es um die Zufriedenheit der Patienten im KfH? Die KfH-Sprechstundenpatienten fühlen sich gut betreut. Das zeigt eine Umfrage im zweiten Quartal 2018. Die Gesamtzufriedenheit kann sich mit 92,41 Prozent sehen lassen (siehe Abbildung). Nichtsdestotrotz wurde auch Verbesserungspotenzial in einzelnen Sprechstunden vor Ort erkannt. Dank der Patientenbefragungen im KfH ist es möglich, punktuell Verbesserungen anzustoßen. Die Anliegen der Patienten werden im KfH ernst genommen, die KfH-Sozialberatung ist hierbei ein wichtiger Baustein: Im Jahr 2018 haben sich 14 Sozialarbeiter in 83 KfH-Zentren direkt vor Ort den Fragen der Patienten angenommen und mehr als 400 Anfragen gingen am KfH-Infotelefon ein.

Was das KfH 2018 im Bereich Digitalisierung auf den Weg gebracht hat, erfährt man im aktuellen Jahresbericht im Kapitel Schwerpunkte. Das KfH hält bei der Digitalisierung Schritt und ist vorbereitet auf den Technik-Trend, der vieles in unserem Alltag leichter oder komfortabler macht und auch im deutschen Gesundheitswesen Auswirkungen zum Wohle des Patienten haben wird. Mehr dazu nach dem Umblättern im Titelbericht dieser Ausgabe. ●

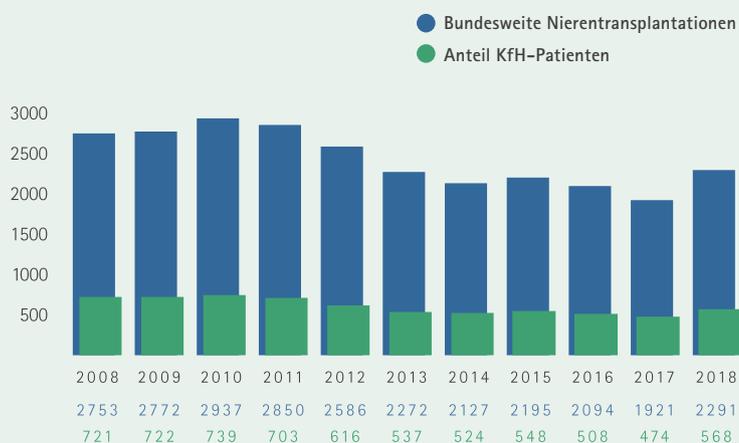
Mehr Daten, Fakten und ausgewählte KfH-Themen stehen im KfH-Jahresbericht 2018, der auf www.kfh.de heruntergeladen oder über info@kfh-dialyse.de bestellt werden kann.

ORGANSPENDE

Der richtige Ansatz

Zwar hat das KfH laut Gesetz keine explizite Rolle bei der Gemeinschaftsaufgabe Organspende, aber deren Förderung ist von jeher selbstverständlich, um allen Patienten die bestmögliche Behandlung anzubieten. Rund 8.000 Dialysepatienten warten auf eine Nierentransplantation, wegen des Organmangels im Schnitt sechs Jahre lang. Um die Zahl der Transplantationen zu erhöhen, gibt es nicht nur eine Lösung, doch der größte Dreh- und Angelpunkt liegt aus Sicht des KfH in einer Verbesserung der Ausgangslage in den Krankenhäusern.

Daher wird das Anfang 2019 verabschiedete Gesetz für bessere Zusammenarbeit und bessere Strukturen bei der Organspende vom KfH begrüßt: Die enthaltenen Maßnahmen könnten Organisationsdefizite bei der Erkennung und Realisierung von möglichen Organspenden ausgleichen.



Der Anteil der KfH-Patienten an den 2.291 nach postmortalen Organspende und Lebendspende durchgeführten Nierentransplantationen lag bei 24,8 Prozent (568).

DIGITALISIERUNG

Schöne Aussicht

Auch wenn vieles in Sachen **Digitalisierung** noch Zukunftsmusik ist und Fragen zur Datensicherheit oder technischen Umsetzung offen sind: Die Perspektiven im Gesundheitswesen sind vielversprechend.



Mit einer Datenbrille kann man in computergenerierte Welten abtauchen. Das Potenzial dieser Technik in der Medizin ist groß. Virtual Reality kann beispielsweise für Trainingsprogramme eingesetzt werden. Patienten und medizinisches Personal können so üben, eine Bauchfelldialyse routiniert und hygienisch einwandfrei vorzubereiten und durchzuführen.

Die Digitalisierung verändert unser Gesundheitssystem gravierend. Ein Blick in die digitale Zukunft: Patienten werden besser und effizienter versorgt, haben auch in ländlichen Regionen einen breiten Zugang zu medizinischer Expertise und können im häuslichen Umfeld besser betreut werden. Es gibt Videosprechstunden, und mehr Patienten können in den eigenen vier Wänden dialysieren. Ärzte und Kliniken greifen schnell und von überall auf elektronische Patientenakten zu und können die Behandlung besser aufeinander abstimmen. Nicht zuletzt ist der Patient dank Digitalisierung besser informiert. Denn er kann künftig, zum Beispiel über eine App auf seinem Smartphone, seine eigenen Daten einsehen. All das soll der digitale Wandel im Gesundheitswesen erreichen – zum Nutzen der Patienten.

Datenschutz und Datenhoheit sind Voraussetzungen für die neuen E-Health-Angebote: Wie eine Studie des Digitalverbands Bitkom ergab, fordern die potenziellen Nutzer dabei für sich vor allem Datenhoheit. 61 Prozent wollen, dass sie beim Patienten liegt, weitere 59 Prozent verlangen ein Höchstmaß an Datenschutz und Datensicherheit. Das KfH räumt denn auch dem Thema Sicherheit einen besonderen Stellenwert ein: „Das KfH hat mit der Entwicklung einer eigenen Infrastruktur dafür gesorgt, dass die Patienten künftig von der Digitalisierung profitieren können. Das bedeutet, dass wir bei allen Anwendungen für einen einfachen, aber auch sicheren Zugang sorgen“, verspricht Aladin Antic, Geschäftsführer Infrastruktur und Prozessmanagement, und damit auch verantwortlich für die IT im KfH.

Patientenakten enthalten sensible Daten. Sie müssen gut vor dem unbefugten Zugriff Dritter geschützt werden. Gleichzeitig haben die Patienten ein großes Interesse daran, dass die Patientenakte gut gepflegt wird und stets einsehbar ist. Denn ohne die Informationen über alle relevanten Gesundheitsdaten sind Behandlung und Diagnostik nicht denkbar.

Das KfH gewährleistet den Datenschutz über eine hohe IT-Sicherheit: Der Arzt kann über eine geschützte, verschlüsselte Verbindung sicher auf die Patientendaten zugreifen. Auf der Festplatte des Computers im Zentrum beziehungsweise der Arztpraxis selbst befinden sich so gut wie keine sensiblen Daten mehr. Von wo auch immer der Arzt die Patientendaten einsehen will, künftig wird die sogenannte Zwei-Faktor-Authentisierung Voraussetzung für den Zugriff sein, berichtet Gerhard Stein, Leiter Datenschutz im KfH. Dabei wird neben einem Passwort noch eine persönliche Chipkarte benötigt. Erst dann kann der Arzt auf die Daten im Rechenzentrum zugreifen. Die digitale Patientenakte lagert in hochgeschützten Rechenzentren. Die Server stehen in Deutschland.

Der Aufwand lohnt sich allemal. Denn: Die digitalen Technologien im Gesundheitswesen bieten große Vortei-

le und eröffnen neue Wege für mehr Lebensqualität und eine leistungsfähigere medizinische Versorgung. Von den Möglichkeiten, die E-Health bietet, werden auch dialysepflichtige Patienten profitieren. „Die Digitalisierung eröffnet zum Beispiel gerade älteren Menschen künftig die Chance, Heimdialyse mehr zu nutzen“, sagt Dr. Benno Kitsche. Er ist leitender Arzt im KfH-Nierenzentrum Köln-Merheim und für das KfH als Beauftragter zur Förderung und Weiterentwicklung der Heimdialyse tätig. Zwar werden derzeit rund 60 Prozent der nierenkranken Kinder mit Unterstützung ihrer Eltern zu Hause in ihrem gewohnten Umfeld dialysiert. Der Gesamtanteil der Heimdialysepatienten in Deutschland aber beträgt nur rund 7 Prozent. Das liegt vor allem an der Altersstruktur und der damit oftmals einhergehenden Einschränkung von Selbstständigkeit. Die geringen Heimdialysezahlen sind jedoch auch strukturell begründet. Kitsche erläutert das Problem: „Leider fehlt in der ärztlichen sowie in der pflegerischen nephrologischen Ausbildung heute die Möglichkeit, genügend praktische Erfahrung mit den Heimdialyseverfahren zu erwerben.“ Das habe zur Folge, dass die Aufklärung des Patienten hinsichtlich der Wahl seines Dialyseverfahrens die Heimdialyse häufig gar nicht beinhalte. „Aus medizinischer Sicht spricht jedoch nichts dagegen. Rund 80 Prozent aller dialysepflichtigen Patienten könnten aufgrund ihrer Erkrankung sowohl mit einem Peritonealdialyseverfahren als auch mit einem Hämodialyseverfahren behandelt werden. Die Digitalisierung kann uns dabei helfen, wieder eine Kultur der Heimdialyse zu entwickeln“, hofft Kitsche. Denn: „Wenn ein Patient gut mit der Bauchfelldialyse versorgt ist, warum soll er dann nicht auch in seiner häuslichen Umgebung dialysieren, wenn er eine Einschränkung seiner



Der Patient entscheidet, wem er Einblick in seine Daten gewährt.



Das Bundesamt für Sicherheit in der Informationstechnik gibt auf seiner Internetseite Tipps, wie man seine Daten schützen kann. Die Seite bietet Empfehlungen zur Erstellung von Passwörtern, erläutert, wie Daten auf dem Handy verschlüsselt werden können oder wie man sicher in öffentlichen WLAN-Netzen surft (www.bsi-fuerbuerger.de, Suchbegriff: Checklisten).



Autonomie erfährt?“ Patienten, die hierbei Unterstützung benötigen, könnten künftig gut mit assistierter Dialyse versorgt werden. Schon jetzt werden durch engagierte Heimdialyse-Teams Patienten mit assistierter Dialyse zu Hause behandelt. Das KfH unterstützt das Projekt „NADia“ (Netzwerk Assistierte Dialyse), das sich bemüht, vorwiegend geriatrische Patienten qualitativ hochwertig in ihrer gewohnten Umgebung durch Fachkräfte eines Pflegedienstes zu versorgen. Die Ausbildung der Assistenzkräfte soll durch Virtual Reality (VR) erfolgen. Um Patienten und Assistenzkräfte für die Heimdialyse zu schulen, bietet sich diese digitale Technik an, die beispielsweise bei der Pilotenausbildung in Flugsimulatoren, beim Training zum endoskopischen Operieren oder beim Erlernen endoskopischer Techniken in der Gastroenterologie bereits eingesetzt wird. Über VR können sich auch Patienten mit der Peritonealdialyse vertraut machen. Sie werden dafür mit einer Datenbrille und wie bei einem Videospiele mit Controllern ausgestattet. Damit kann das Konnektieren und Diskonnektieren so oft wie nötig geübt

„Die Digitalisierung kann uns dabei helfen, wieder eine Kultur der Heimdialyse zu entwickeln.“

DR. BENNO KITSCHKE

leitender Arzt im KfH-Nierenzentrum Köln-Merheim und für das KfH als Beauftragter zur Förderung und Weiterentwicklung der Heimdialyse tätig



Das KfH setzt auf Transparenz

Auf der Internetseite www.kfh.de/datenschutz finden Patienten alles rund um den Datenschutz im KfH. Bei Fragen können sie sich direkt an den Datenschutzbeauftragten des KfH wenden: KfH Kuratorium für Dialyse und Nierentransplantation e. V., Datenschutzbeauftragter, Martin-Beheim-Str. 20, 63263 Neu-Isenburg, datenschutz@kfh-dialyse.de.

werden. „Dieses VR-Trainingsprogramm für die PD, aber auch für die Hämodialyse wird uns auch bei der Ausbildung von Pflegepersonal und jungen Nephrologen sehr helfen“, ist Kitsche überzeugt.

Die Betreuung der Patienten erfolgt dabei unverändert durch das jeweilige Nierenzentrum. Durch telemedizinische Techniken, über die Ärzte und Pfleger zusammenarbeiten, könnte assistierte Heimtherapie intensiviert werden. Heimdialyse gibt Patienten zeitliche Flexibilität und erspart beschwerliche Transporte in ein Zentrum. Die von Ärzten, Pflegekräften, Mitarbeitern von Pflegediensten und Gesundheitsunternehmen gegründete NADia-Initiative will durch gezielte Ausbildungsmaßnahmen für Pflegekräfte eine professionelle Assistenz für den Patienten zu Hause sicherstellen. Über die NADia Homepage www.nadianetzwerk.de wird Hilfestellung bei den bis jetzt noch aufwändigen Einzelfallanträgen gegeben.

„Die Digitalisierung bietet uns im Hinblick auf die Erfassung und Verarbeitung medizinischer und auch abrech-

nungstechnischer Daten eine gute Unterstützung“, erklärt Kitsche weitere Vorteile. Der Umgang mit persönlichen Daten von Patienten und Behandlungsdaten bedarf aber gerade in dieser Aufbruchsstimmung eines besonderen Schutzes. Das KfH achtet im besonderen Maße darauf, dass den strengen europäischen und deutschen Datenschutzrichtlinien genüge getan wird.

Zukunft Videosprechstunde

Eine weitere neue Möglichkeit durch die Digitalisierung sind Unterhaltungen zwischen Arzt und Patient per Videosprechstunde. Seit 2017 ist sie zulässig, ergänzt jedoch nur die traditionelle Sprechstunde. Im Rahmen einer Videosprechstunde kann der bereits in Behandlung stehende Patient zum Beispiel Rücksprache bei Problemen halten, ohne die Praxis aufzusuchen. Die Videosprechstunde ist nicht für Neu-aufnahmen von Patienten gedacht und genauso wenig für deren Versorgung ausschließlich über die Fernbehandlung.

Solche Beispiele zeigen, wie vielfältig die Ideen sind, die mithilfe der Digitalisierung umgesetzt werden könnten. Neben dem Datenschutz ist bei vielen Anwendungen die Datenverbindung ein limitierender Faktor. Voraussetzung für ein flächendeckendes telemedizinisches System ist flächendeckend schnelles Internet. „Will man beispielsweise die Datenfernübertragung des Cyclers nutzen, ist man auf schnelles Internet angewiesen. Sonst bleibt das Angebot auf die gut versorgten Gebiete reduziert“, erklärt Kitsche.

Gesundheitskarte im Fokus

Die Einführung digitaler Anwendungen im Gesundheitswesen ist in Deutschland im sogenannten E-Health-Gesetz geregelt. Betroffen von der neuen gesetzlichen Regelung sind die Patienten, die in einer gesetzlichen Krankenversicherung sind. Das Gesetz für sichere digitale Kommunikation und Anwendungen im Gesundheitswesen, so die Langform, sieht für Kassenpatienten unter anderem eine erweiterte Nutzung der Gesundheitskarte zur Speicherung von Gesundheitsdaten vor. Datenschützer sehen dies als problematisch an. Da neben den Stammdaten (zum Beispiel Name, Geburtsdatum, Adresse, Versicherungsstatus und -nummer des Versicherten) künftig auch sensible Angaben zu Krankheiten oder Medikation auf der Karte gespeichert werden sollen, muss

sichergestellt werden, dass diese vor dem Zugriff Dritter geschützt ist.

Technische Basis dafür ist die Telematik-Infrastruktur. Um Datensicherheit gewährleisten zu können, hat das KfH seit Ende März dieses Jahres in allen Zentren eine eigene Infrastruktur ausgerollt, berichtet Aladin Antic. Die sensiblen Gesundheitsdaten werden doppelt verschlüsselt. Damit wird der sichere Datentransfer gewährleistet und unbefugter Zugriff verhindert.

Bis heute ist die Gesundheitskarte nicht weit über eine elektronische Visitenkarte mit Foto hinausgekommen. Auf dem Chip sind die sogenannten Versichertenstammdaten des Patienten gespeichert. Künftig soll er Speichermedium für Diagnosen und Therapien für Patient und behandelnden Arzt werden. Die elektronische Gesundheitskarte soll nach und nach um weitere Anwendungen ergänzt werden.

Was heute schon möglich ist: Patienten, die drei oder mehr Arzneimittel verwenden, können einen digitalen Medikationsplan erhalten, um gefährlichen Wechselwirkungen vorzubeugen. Dieser bundeseinheitliche Medikationsplan wird auf Wunsch des Patienten ausgedruckt. Es handelt sich um ein Din-A4-Blatt mit einem Barcode. Jeder Arzt kann diesen Barcode einscannen und die Informationen zur Medikation übernehmen und ergänzen. „Wir haben das in unserem KfH-eigenen System ebenfalls realisiert. Der



Die Anwendungen der elektronischen Gesundheitskarte werden schrittweise eingeführt.

Patient kann so immer nachvollziehen, wie er welche Medikamente in welcher Dosis zu nehmen hat“, erklärt Antic. „Unsere Patienten müssen oft 20 bis 25 Präparate einnehmen. Der digitale Medikamentenplan hat somit eine hohe Sicherheitsrelevanz.“

Im kommenden Jahr soll der Ausbau weiterer Mehrwertdienste über die Gesundheitskarte realisiert werden, berichtet Antic. Dazu zählt das elektronische Rezept. Es muss dann nicht mehr in Papierform ausgedruckt, sondern kann über die Gesundheitskarte an die Apotheken übermittelt werden. Dafür wird die Karte in der Apotheke zum Beispiel über eine PIN-Nummer verifiziert. Der Apotheker sieht über sein Lesegerät lediglich das Rezept, keine Diagnosen oder andere Informationen.

Elektronische Akte kommt

Gesetzliche Krankenkassen müssen bis Ende 2021 zudem eine elektronische Patientenakte anbieten. Dabei handelt es sich um einen Service, in dem die Patientengeschichte, Behandlungsdaten, Medikamente und weitere Gesundheitsdaten von Inhabern einer elektronischen Gesundheitskarte einheitlich gespeichert werden sollen. Sie bietet Patienten und Ärzten die Möglichkeit, medizinische Daten einfach und sicher in elektronischer Form auszutauschen und zu nutzen. Jeder Patient kann die Daten, die auf der Akte gespeichert werden sollen, individuell bestimmen. Der Patient erhält die von seinen Ärzten erstellten Daten als Kopie und verwaltet diese eigenständig über eine App auf seinem Smartphone. Die Daten sind verschlüsselt, also nicht für Dritte lesbar. Ob der Patient die Patientenakte nutzt, was er speichert und wem er Einblick in seine Daten gibt – das entscheidet er allein. Um diese Anbindungen auch im KfH zu realisieren, ist geplant, als ersten Schritt dem Patienten seine Daten als eigene KfH-Akte zur Verfügung zu stellen.

W-LAN, Infotainment, Sicherheit

Ein ganz anderer Aspekt der Digitalisierung für die Patienten ist die Ausstattung der KfH-Zentren mit W-LAN. „Der Dialysepatient verbringt viel Zeit bei uns in den Zentren. Einige unserer Patienten arbeiten zum Beispiel während der Dialyse, müssen also einen Laptop nutzen. Daher haben wir verstärkt in Infrastruktur investiert. Wir werden bis Ende des Jahres alle Zentren mit kostenfreiem W-LAN ausgestattet haben“, berichtet Antic. „Außerdem sind wir dabei, die Bandbreite zu optimieren.“

Genauso arbeitet das KfH am Entertainment und Infotainment in den Zentren: „Inhalte, die für den Patienten interessant sind, wollen wir in einem Patientenportal



Im Sinne der Patienten

Die Mehrheit der Bundesbürger sieht in der **Digitalisierung der Medizin** und des Gesundheitswesens große Chancen. Das zeigt eine aktuelle repräsentative Studie im Auftrag des Digitalverbands Bitkom.

Zwei Drittel der Bundesbürger würden demnach die Elektronische Patientenakte nutzen (65 Prozent), beinahe ebenso viele (63 Prozent) das E-Rezept. Besonders hoch ist die Bereitschaft bei den 16- bis 29-Jährigen mit 74 Prozent und bei den 30- bis 49-Jährigen mit 70 Prozent. **Aber auch in der Altersgruppe 65 plus würden sechs von zehn Befragten (60 Prozent) auf die E-Akte zugreifen.** Die Befürworter wollen dabei nicht nur Standardfunktionen wie die Speicherung der gesamten Behandlungshistorie (87 Prozent) nutzen, sie wünschen sich vor allem auch komfortable smarte Funktionen. 98 Prozent wollen etwa einen integrierten digitalen Impfpass, 91 Prozent haben Interesse an einem digitalen Medikationsplan mit automatischem Wechselwirkungscheck. Auch ein Modul zur Integration der Daten aus Apps oder medizinischen Geräten wie einem Blutdruckmessgerät (80 Prozent) sowie ein Vorsorgeplaner (70 Prozent) sind beliebt.

bündeln“, berichtet Antic. Dort soll der Patient dann auf relevante Informationen, auch in Form von Videostreams, zugreifen können. „Derzeit arbeiten wir in einem Pilotprojekt zum Beispiel daran, die Aufklärungsbögen auch elektronisch zur Verfügung zu stellen. Damit können die Patienten diese, nachdem sie zum Arzt weitergereicht wurden, immer noch einmal einsehen. Wir möchten über diese Plattform grundsätzlich Informatives und Interessantes unseren Patienten zur Verfügung stellen.“ Bis Ende 2020 soll dieses Angebot flächendeckend bereitstehen. ●

Thomas Wittholt ist froh, trotz seiner organisatorischen Aufgaben im KfH weiter beim Patienten sein zu können.



MITARBEITERPORTRÄT

„Mein Beruf ist für mich mehr als ein Job“

Seit 36 Jahren ist **Thomas Wittholt** beim KfH. Er hat das Zentrum in Bremen mit aufgebaut und sorgt mit großem Engagement als Pfleger für seine Patienten.

Thomas Wittholt ist ein fröhlicher, offener Mensch, der seit fast fünf Jahrzehnten vor allem eines möchte: Menschen helfen. Schon im Alter von 13 Jahren fängt er ehrenamtlich beim Jugendrotkreuz an, wird bis zum Rettungssanitäter ausgebildet. Neben seinen Ein-

sätzen, zum Beispiel auf Volksfesten, engagiert er sich anfangs als Gruppenleiter. Mit 18 Jahren wechselt er zum Deutschen Roten Kreuz und geht in den Krankentransport- und Rettungsdienst. „Das war das, was ich wollte. Hier konnte ich etwas bewirken. Es ist ein gutes Gefühl, jemandem helfen zu

können“, sagt er. „Jeder hat etwas, das ihn antreibt. Bei mir ist es die Wertschätzung, die die Patienten mir entgegenbringen.“

Parallel zu seinem ehrenamtlichen Engagement absolviert er die dreijährige Ausbildung zum Krankenpfleger. „Zu dieser Zeit war ich quasi zu 100

Prozent damit beschäftigt, Menschen zu pflegen und Menschen zu helfen – privat wie beruflich.“ Nach der Ausbildung wechselt er 1978 in die Dialyse und arbeitet vier Jahre im Krankenhaus. Als 1983 das KfH-Zentrum in Bremen an den Start geht, beginnt er dort und macht später seinen Abschluss zum Fachkrankenpfleger für Nephrologie. Wittholt sagt: „Im Gesundheitswesen hatte das KfH schon damals einen guten Ruf. Die Menschen, mit denen ich rund um die Dialyse zu tun hatte, haben mir geraten: ‚Wenn es mal das KfH in Bremen gibt, dann musst du dahin gehen. Das ist ein ganz toller Arbeitgeber.‘“

Der „Mann für alle Fälle“

„Am Anfang war es natürlich noch sehr ruhig im KfH in Bremen, da wir noch nicht so viele Patienten hatten. Ich kam aus dem Krankenhaus und war etwas anderes gewohnt. Wenn man jung ist, braucht man Herausforderungen.“ Da kam es Thomas Wittholt gelegen, dass er sich im KfH über seine pflegerischen Tätigkeiten hinaus auf einem anderen Feld engagieren durfte: „Ich konnte hier die Dialyse mit aufbauen. Das war ein schöner Anreiz für mich.“

Dank seiner Erfahrungen kann er später beim Aufbau anderer Dialysezentren helfen. Als die Verwaltungsleitung Ende der 1980er-Jahre jemanden sucht, der sich um die EDV kümmert, nimmt Thomas Wittholt auch diese Herausforderung an. In zehn KfH-Zentren arbeitet er – neben seiner Tätigkeit als Pfleger – als IT-Koordinator. Später dann wird er der „Mann für alle Fälle“, wie er lachend berichtet. „Wenn irgendwo ein Neu- oder Umbau anstand, dann habe ich das mitorganisiert.“ Heute ist er leitender Pfleger in Bremen im KfH-Medizinischen Versorgungszentrum und in der Dialyse des DIAKO Krankenhauses tätig.

„Die vielen Sachen, die ich im Laufe meines Berufslebens gemacht habe, haben mich immer gefesselt und ge-

fordert. Dafür bin ich dankbar. Routine und Langeweile kam nie auf.“ Das gilt bis heute. Dass er mit seinen 61 Jahren nun schon in zwei Jahren in Rente gehen könnte, reizt ihn gar nicht. „Für mich ist dieser Beruf mehr als ein Job“, erklärt er seinen Enthusiasmus, den er bis heute nicht verloren hat.

„Für mich ist es immer schön, zur Arbeit zu gehen. Ich habe ja auch durch meine unterschiedlichen Tätigkeiten immer Abwechslung. Wenn das eine zu viel ist, dann habe ich ja noch das andere und umgekehrt. Diese Arbeit erfüllt mich.“ Neben der Organisation der Arbeitsabläufe in den Zentren, arbeitet er auch nach wie vor mit den Patienten. „Auch etwas, was mir am KfH gefällt: Ich kann trotz der organisatorischen Aufgaben weiter beim Patienten sein, das schätze ich.“

Ein besonderes Erlebnis ist bis heute für Thomas Wittholt, wenn ein Patient transplantiert wird. „Er kann dann ein weitgehend normales Leben führen, muss sich in vielerlei Hinsicht nicht mehr so einschränken. Das sind wirklich schöne Momente. Aber natürlich wissen alle, die hier arbeiten, auch um die schlimmen Zeiten – wenn ein liebgewordener Patient verstirbt. Darüber muss ich mit Kollegen und dem Doktor sprechen, um damit besser zurechtzukommen.“

In den beiden KfH-Zentren, für die er seit 2010 arbeitet, steht er selbst 40 Kollegen mit Rat und Tat zur Seite. Er ist inzwischen froh darüber, nicht mehr überall „Feuerwehr“ zu sein. Die beiden Zentren liegen nur 500 Meter auseinander. „Während ich zum Beispiel für die Arbeit in der Kinderdialyse in Hamburg fünf Jahre lang viel Zeit auf der Autobahn mit ihren vielen Baustellen verbracht habe, genieße ich jetzt die kurzen Wege.“

Ballonfahrt als Ausgleich

Für die längeren Strecken hebt er inzwischen viel lieber ab: In seiner Frei-

zeit gleitet er im Heißluft- oder Gasluftballon durch die Lüfte. „Das ist ein wunderbarer Ausgleich, denn als Ballon-Pilot muss man sich konzentrieren. Das macht letztlich den Kopf frei.“ Thomas Wittholt hat sich auch zum Fluglehrer ausbilden lassen und ist inzwischen Prüfungsrat für das Bundesland Bremen. Auszeiten sind heute für ihn wichtig geworden. Leitungsaufgaben sind keine Acht-Stunden-Jobs, sagt er. Zu Hause hat er aber ebenfalls Unterstützung: „Da meine Frau Krankenschwester ist, hat sie Verständnis für meine Arbeit.“

Trotz der Anstrengung würde Wittholt im Rückblick „im Großen und Ganzen nichts ändern wollen“. „Vielleicht“, überlegt er, „wäre es schön, wieder 30 zu sein – mit dem Wissen von heute. Und ich hätte gerne wieder mehr Haare“, lacht er. „Eigentlich wollte ich Polizist werden“, verrät er zum Schluss. „Heute bin ich froh, damals auf meinen Onkel gehört zu haben. Er hat mir geraten: Mach dein Hobby zum Beruf.“ ●



KfH-Stiftung
Nothilfe für Nierenkranke
Gemeinnützige Stiftung

Hilfe für Patienten in wirtschaftlicher Not

Sie benötigen Hilfe?
Sprechen Sie bitte die Leitung Ihres
KfH-Zentrums an.

Oder:
Kontakt: KfH-Stiftung
Nothilfe für Nierenkranke

Martin-Behaim-Str. 20
63263 Neu-Isenburg

Telefon 06102-359-499
info@kfh-nothilfe.de
www.kfh-nothilfe.de

Sie möchten mithelfen?
Spendenkonto: Bayerische Landesbank
IBAN: DE96 7005 0000 0000 0530 00
BIC: BYLADEMMXXX

ERNÄHRUNGSSERIE: LABORWERTE



Kalium im Blick

Im Laufe einer chronischen Nierenerkrankung verändert sich der Stoffwechsel des Patienten. Die regelmäßige Kontrolle der Blutwerte ist daher Voraussetzung für eine optimale Therapie. Zeigt der Befund einen zu hohen Kaliumspiegel im Blut, kann der Patient **über die Ernährung positiven Einfluss** nehmen.

Kalium ist ein lebensnotwendiges Element. Als Elektrolyt ist es für die normale Funktion von Zellen, Nerven und Muskeln wichtig. Um den richtigen Kaliumspiegel im Blut aufrechtzuerhalten, passt der Körper die aufgenommene Kaliummenge an die abgegebene Menge an. Dabei kann er auf den in den Zellen gelagerten, großen Kaliumspeicher zurückgreifen, um den Kaliumspiegel im Blut innerhalb enger Grenzen konstant zu halten. Wir nehmen Kalium vorwiegend über die Nahrung auf. Kalium kommt in allen Lebensmitteln vor. Besonders reich an Kalium sind beispielsweise Vollkornprodukte, Kartoffeln, Brokkoli und Feldsalat, Nüsse, Trockenobst, Fisch, Bananen oder auch Nektarinen. Ausgeschieden wird der wasserlösliche Mineralstoff über den Urin, geringe Mengen auch über den Verdauungstrakt und Schweiß. Während gesunde Nieren Schwankungen hier ausgleichen können, wird diese Fähigkeit des Körpers durch einige Arzneimittel und bestimmte Erkrankungen beeinträchtigt.

Bei chronisch nierenkranken Patienten kann der Kaliumwert im Blut zu hoch (Hyperkaliämie), aber in seltenen Fällen auch zu niedrig sein (Hypokaliämie). Ist der Wert zu niedrig, wird meist kaliumreiche Nahrung empfohlen.

Ein zu hoher Kaliumspiegel im Blut tritt Untersuchungen zufolge bei Patienten kurz vor oder während der Dialysepflicht elf Mal so häufig auf wie bei Menschen ohne Nierenerkrankung, berichtet Dr. Bertil Oser, Arzt für Innere Medizin, Nephrologie und Diabetologie im KfH-Zentrum Bernkastel-Kues. Zur Behandlung eines zu hohen Kaliumwertes gehört zuallererst eine kaliumarme Ernährung. Der behandelnde Nephrologe entscheidet, ob darüber hinaus Arzneimittel, die einen Kaliumüberschuss verursachen können, abgesetzt werden und Medikamente zur Steigerung der Kaliumausscheidung, sogenannte Kaliumbinder, eingenommen werden

müssen. „Manchen Dialysepatienten, die insbesondere im langen Intervall den Kaliumüberschuss durch entsprechende Ernährungsanpassung nicht abbauen können, raten wir zur Einnahme von Kaliumbindern am Wochenende. So können gefährliche Schwankungen vermieden werden“, erklärt Oser.

Kaum Schwankungen bei PD

„Patienten mit Peritonealdialyse (PD) haben diese Probleme praktisch nicht“, berichtet der Nephrologe. Durch die kontinuierliche Entgiftung treten kaum Kaliumschwankungen auf und in der Folge ist das Risiko für Herzrhythmusstörungen bei der PD deutlich niedriger. Daher bietet die PD den Patienten im Vergleich zur Hämodialyse beim Essen größere Freiheiten.

Vorsicht!
Diätsalz, Salzersatz
und natriumarme
Diätprodukte auf
Kaliumbasis sind für
Dialysepatienten nicht
geeignet!

Ist der Kaliumwert im Normbereich, profitiert der nierenkranke Patient durch verbesserte Lebensqualität wie zum Beispiel gute Verträglichkeit der Dialyse. Um Schwankungen zu vermeiden, wird der Kaliumwert bei Dialysepatienten besonders engmaschig kontrolliert: In der Regel einmal im Monat, bei Patienten, die zu Hyperkaliämie neigen, individuell auch häufiger, berichtet Oser.

Dialysepatienten haben oftmals weitere Erkrankungen, die zu einer verstärkten Freisetzung von Kalium aus den Zellen führen können. Dazu zählen Diabetes mellitus oder auch metabolische Azidose. Um einen zu hohen Kaliumspiegel zu verhindern, muss auch der

Medikamentenplan überprüft werden. Einfluss auf eine verminderte Ausscheidung von Kalium können beispielsweise Beta-Blocker, ACE-Hemmer, Sartane, einzelne Diuretika und nicht-steroidale Antirheumatika haben. Aber auch starke und längere körperliche Anstrengung kann zu verstärkter Freisetzung von Kalium aus den Zellen führen. Und schließlich steigt der Kaliumspiegel durch kaliumreichhaltige Ernährung oder intravenöse kaliumhaltige Behandlung wie zum Beispiel Ernährungslösungen und Bluttransfusionen.

Auch bei organtransplantierten Patienten muss der Kaliumspiegel regelmäßig kontrolliert werden. Denn auch in dieser Situation können verschiedene Medikamente, auch solche zur Vermeidung von Abstoßungsreaktionen, eine sogenannte Hyperkaliämie verursachen.

Symptome und Behandlung

Ein leichter Kaliumüberschuss verursacht in der Regel selten Symptome. „Manchmal entwickeln Patienten eine Muskelschwäche“, berichtet Oser. Steigt der Kaliumüberschuss weiter, kann das Lähmungen und Herzrhythmusstörungen verursachen. Bei sehr hohem Kaliumspiegel droht sogar ein Herzstillstand.

Ist der Kaliumspiegel zu niedrig, kann dies zu Schwäche, Krämpfen, Zittern oder Lähmung von Muskeln und zu Herzrhythmusstörungen führen.

Kalium ist wie Natrium durch die Dialyse sehr gut zu entfernen. „Liegen die Blutwerte für Kalium im Normalbereich, also bei 3,6 bis 4,8 mmol/L, brauchen die Patienten kein Kalium einsparen. Es ist nicht nur nicht notwendig, sondern kann sogar auch schädlich sein. Hier sollte immer erst der Rat des Dialyseteams eingeholt werden“, rät Oser. Liegt der Wert über 5 mmol/L, besteht eine Hyperkaliämie, bei über 5,5 bis 6 mmol/L eine schwere Hyperkaliämie, die rasch behandelt werden muss. ●

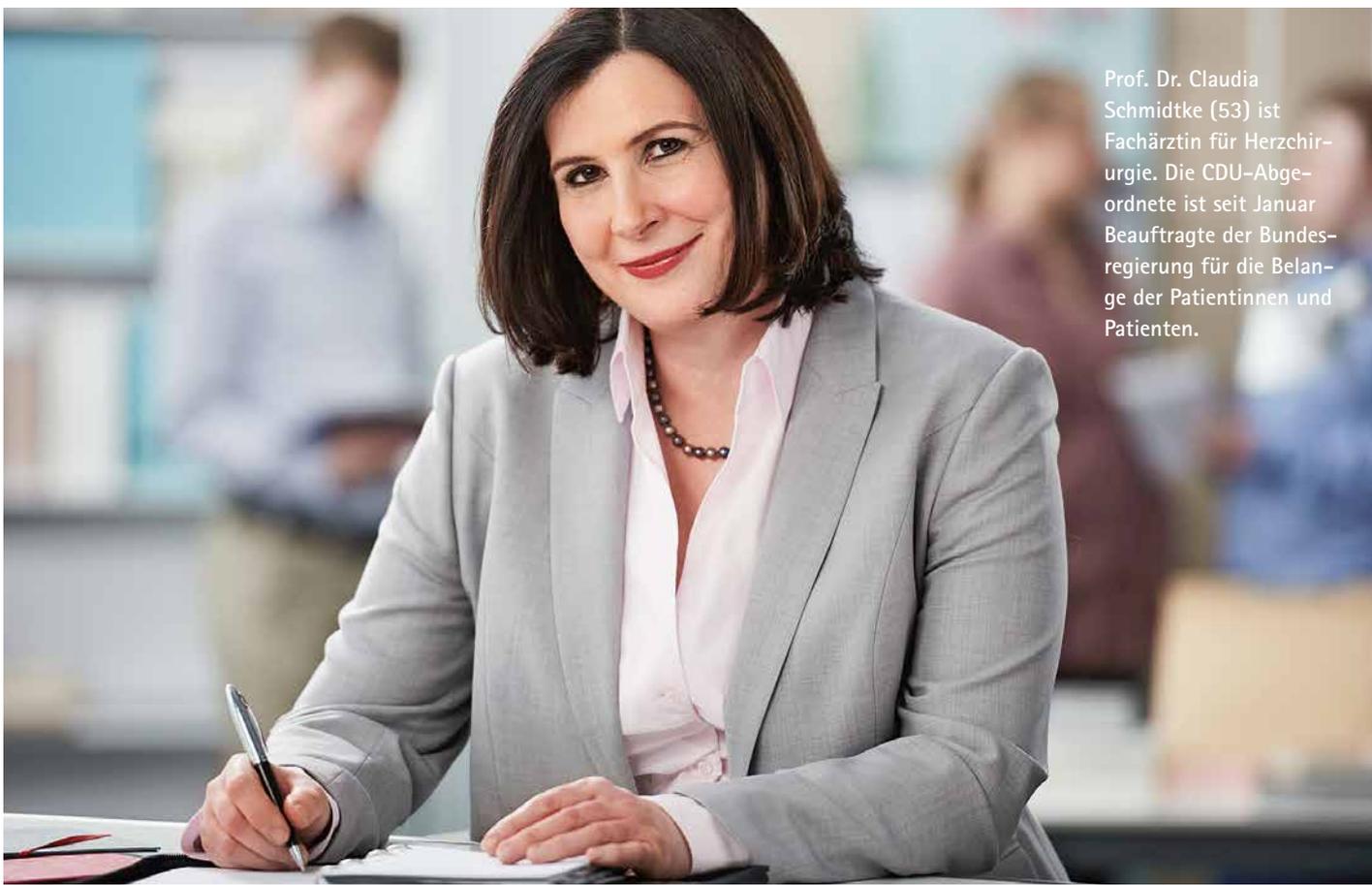
Tipps & Fakten

Im Gegensatz zu Phosphor (siehe KfH aspekte 1-2019) ist Kalium wasserlöslich und lässt sich daher zumindest teilweise bei der Zubereitung aus den Lebensmitteln herauslösen. Um den Kaliumgehalt zu verringern, schneidet man das Gemüse oder Obst zunächst klein und wässert es in der zehnfachen Menge Wasser für rund drei Stunden. Anschließend wird das Wasser weggegossen. In frischem, salzfreiem Wasser kann das Gemüse oder Obst nun gekocht werden. Nach dem Garen wird auch die Kochflüssigkeit weggeschüttet. Diese Art der Zubereitung kann bis zu 75 Prozent des Kaliums aus den Nahrungsmitteln herauslösen. Tiefkühlware sollte man auftauen und abtropfen lassen. So können auch hier rund 30 Prozent Kalium eingespart werden. Konserven enthalten 30 bis 50 Prozent weniger Kalium als frisches Gemüse oder Obst – vorausgesetzt, der Saft wird weggeschüttet. Allerdings sind die Produkte oft sehr salzhaltig und haben weniger Vitamine als frische Lebensmittel. ●

Kaliumwerte im Vergleich

Weizenbrötchen	163
Erdbeerkonfitüre	58
Äpfel	119
Zucchini, roh	177
Reis, roh	112
Eier, roh	147
Salzstangen	124
Vollkornbrötchen	263
Fleischwurst	181
Bananen	367
Spinat, roh	554
Kartoffeln, roh	381
Fisch, roh	386
Erdnüsse, geröstet	841

Angaben in Milligramm pro 100 Gramm des entsprechenden Lebensmittels. Quelle: Deutsches Ernährungsberatungs- und -informationsnetz.



Prof. Dr. Claudia Schmidtke (53) ist Fachärztin für Herzchirurgie. Die CDU-Abgeordnete ist seit Januar Beauftragte der Bundesregierung für die Belange der Patientinnen und Patienten.

„Mit Organspende auseinandersetzen“

Fragen an die neue Patientenbeauftragte der Bundesregierung

Über die Widerspruchslösung zur Organspende soll im Bundestag vor der Sommerpause und ohne Fraktionszwang abgestimmt werden. Wie ist Ihre persönliche Haltung?

SCHMIDTKE: Als Ärztin und Bundestagsabgeordnete unterstütze ich den Gesetzentwurf einer doppelten Widerspruchsregelung. Denn obwohl die Mehrheit der Deutschen der Organspende positiv gegenübersteht, konnte die Zahl der tatsächlichen Organspender trotz zahlreicher Maßnahmen bisher nicht erhöht werden. Nach wie vor warten rund

10.000 Menschen in Deutschland auf ein Spenderorgan. Die doppelte Widerspruchsregelung stellt dabei keine Pflicht zur Organspende dar. Die Spende bleibt wie bisher freiwillig. Einer Organspende kann einfach, unbürokratisch und ohne Angabe von Gründen durch einen Eintrag in ein Register widersprochen werden. Sollte jemand sich nicht zu Lebzeiten geäußert haben, sieht der Gesetzentwurf vor, dass die Angehörigen befragt werden. Daher der Name doppelte Widerspruchsregelung. Ausdrücklich vorgesehen ist im Gesetzentwurf, dass die Bürgerinnen und Bürger

dreimal über den Zeitraum von neun Monaten darüber informiert werden sollen, dass und wie sich die Rechtslage geändert hat und was die doppelte Widerspruchsregelung bedeutet. Die Neuerung besteht also darin, sich mit der Frage Organspende auseinanderzusetzen und widersprechen zu müssen, falls ich mich entscheide, kein Spender sein zu wollen. Diese Pflicht halte ich angesichts der vielen auf ein Spenderorgan wartenden Menschen und ihrer Angehörigen für sehr gut begründet und vertretbar.

Anders als bei chronisch nierenkranken Kindern ist eine psychosoziale Versorgung bei den Erwachsenen nicht im Versorgungskatalog vorgesehen. Wäre es nicht an der Zeit, sie allen chronisch nierenkranken Patienten anzubieten?

SCHMIDTKE: Kernaufgabe der gesetzlichen Krankenversicherung ist die Krankenbehandlung. Darunter fallen bei entsprechender Indikation auch psychologische und psychotherapeutische Leistungen. Darüber hinausgehende Betreuungs- und Begleitungsangebote stellen demgegenüber versicherungsfremde Leistungen dar, die in Ausnahmefällen bei bestimmten Gruppen, wie zum Beispiel Kindern, übernommen werden. Diese würden – wollte man sie allen Versicherten zur Verfügung stellen – den begrenzten Aufgaben- und Leistungsbereich der gesetzlichen Krankenversicherung übersteigen.

Für Dialysepatienten werden Krankenfahrten zum nächstgelegenen Dialysezentrum übernommen. Liegt nun ein anderes Zentrum ein kleines Stück näher, kann – trotz zustehender freier Arztwahl – vom Patienten verlangt werden, die Zusatzkosten zu tragen. Sehen Sie Möglichkeiten, hier im Sinne des geltenden Grundsatzes der Humanität gegenzusteuern?

SCHMIDTKE: Fahrkosten für Dialysepatienten werden von den Krankenkassen nur übernommen, wenn sie aus zwingenden medizinischen Gründen notwendig sind. Aus zwingenden medizinischen Gründen notwendig sind nur die Fahrstrecken zur nächst erreichbaren Behandlungsmöglichkeit. Vor dem Hintergrund, dass in allen Dialysezentren in Deutschland eine vergleichbare, qualitativ hochwertige Behandlung angeboten wird, halte ich diese Regelung für gerechtfertigt. Die Regelung bedeutet aber nicht, dass der Wechsel des Dialysezentrums von den Krankenkassen verlangt werden kann. Die Versicherten haben die Wahl: Entscheiden sie sich dafür, eine andere als die nächst erreichbare Behandlungsmöglichkeit in Anspruch zu nehmen, müssen sie die für die längere Anfahrt entstehenden Mehrkosten tragen. Nicht mehr, aber auch nicht weniger. Zudem können in medizinisch begründeten Ausnahmefällen auch weiter entfernt liegende Zentren angefahren werden. ●

Urlaubsdialyse in den KfH-Zentren



KfH-Behandlungszentren gibt es beispielsweise in:

BAD KÖNIG	Elisabethenstraße 13 • 64732 Bad König Telefon 06063/57708-0
BÜDINGEN	Am Schlag 9 • 63654 Büdingen Telefon 06042/95687-0
ERBACH	Albert-Schweitzer-Straße 10 • 64711 Erbach Telefon 06062/60043
KASSEL	Mittelring 60-64 • 34125 Kassel Telefon 0561/81040-0
LANGENSELBOLD	Ringstraße 57 • 63505 Langenselbold Telefon 06184/92430
OFFENBACH	Starkenburgring 70 • 63069 Offenbach Telefon 069/9767138-0

Das gemeinnützige KfH steht für eine qualitativ hochwertige und integrative nephrologische Versorgung nierenkranker 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 19.000 Dialysepatienten sowie mehr als 69.000 Sprechstundenpatienten umfassend behandelt.

DAS KfH. FÜR DEN PATIENTEN.
www.kfh.de

Das Wort nimmt in unserem Sprachgebrauch großen Raum ein. Beispielsweise wenn uns jemand auf den Nerv geht, wir Nerven wie Drahtseile haben oder einfach nervös sind. Nerven sind für den Menschen wichtig. Jeder Quadratmillimeter des Körpers ist von Nervenzellen, auch Neuronen genannt, durchzogen. Sie steuern unsere Organe und leiten unsere Empfindungen an das Gehirn weiter: Berührungen, Hitze, Kälte – oder den Schmerz. Die Nerven sind unsere inneren Wächter.

„Ohne Nerveninformationen sind wir schutzlos: Dann schneiden wir uns tiefer, stoßen uns härter, haben unsere Koordination nicht mehr“, erläutert Prof. Dr. Peter Mertens, in Magdeburg Direktor der Universitätsklinik für Nieren- und Hochdruckkrankheiten, Diabetologie und Endokrinologie sowie Ärztlicher Leiter des KfH-Nierenzentrums. „Wenig Nervenaktivität ist katastrophal – viel ist aber auch ein Desaster.“

NEUROPATHIE

Echt nervig!

Zu viel oder zu wenig: Geht es um **die Aktivität unserer Nervenbahnen**, ist beides schlecht. Chronisch nierenkranke Patienten können oft ein Lied davon singen. Was hilft?

Die Auslöser von Juckreiz

Wird ein Patient von den Nervenbahnen geplagt, spürt er also zu viel oder zu wenig, dann liegt eine Neuropathie vor – eine Nerv-Krankheit. Jeder weiß, wie sich eine Reizung der Nerven anfühlt: es juckt oder kribbelt. Im leichtesten Fall ist das auf eine Unverträglichkeit von Kleidung oder Ernährung zurückzuführen. Ein Jucken kann auch eine urämische Ursache haben, dann liegt eine Vergiftung durch harnpflichtige Substanzen im Blut vor, da die Nierenfunktion gestört ist. Ein weiterer Auslöser können Bestandteile von Medikamenten sein, die sich ablagern und die Nervenbahnen reizen.

Der Juckreiz der Haut, Fachbegriff Pruritus, ist eine Malaise, von der laut Studien 25 bis 40 Prozent der Dialysepatienten betroffen sind, mit einer ähnlichen Verteilung bei Hämo- und Peritonealdialyse. Häufig wird er an Beinen, Rücken und Kopf empfunden.

Nicht immer liegt die Ursache auf der Hand. Nephrologe Mertens sagt: „Einen Pruritus bei einer Urämie durch fehlende Nierenfunktion kann der Arzt nicht unterscheiden von einem Pruritus aufgrund der Ablagerung von Medikamenten.“ Ob generell eine Neuropathie vorliegt, können Ärzte indes schnell erkennen, etwa anhand einer verminderten Schweißbildung. „Bei einer Neuropathie ist die Haut an den Füßen in der Regel trocken, nicht schwitzend, glänzend, schuppig.“ Nicht immer muss ein Kribbeln in Füßen oder Händen von einer Nervenschädigung herrühren. „In 25 bis 30 Prozent der Fälle handelt es sich um eine Durchblutungsstörung.“

Die Therapieansätze

Vor allem vier Therapieansätze versprechen bei chronisch nierenkranken Patienten mit Neuropathie Linderung: die Dialyseintensität steigern, gewisse Arzneimittel absetzen, die Reizung von Nerven mit einem Medikament unter-



„Juckreiz ist ein wesentliches Thema. Die Lebensqualität fällt dramatisch ab.“

PROF. DR. PETER MERTENS

drücken sowie die Behandlung von außen mit rückfettenden Salben.

Mertens erläutert: „Als Erstes ist zu fragen: Passt die Dialysedosis, ist sie ausreichend? Als zweites: Welche Medikamente können abgesetzt werden? Da muss man auch an solche denken,

von denen der Patient annimmt, er braucht sie unbedingt. Beispielsweise Diuretika, die die Wasserausscheidung fördern. Sie scheinen oft für Ablagerungen in der Haut und nahe Nerven sowie den Pruritus verantwortlich.“ Genauso gibt es Mittel, welche die Reizung der Nerven unterdrücken, etwa Pregabalin oder Gabapentin. „Der Arzt muss genau überlegen, wie oft er diese Medikamente gibt. Eine Studie mit mehr als 140.000 Hämodialysepatienten in den USA hat gezeigt, dass sie oft überdosiert werden, nach dem Motto viel hilft viel. Aber je höher die Dosis, desto größer die Nebenwirkungen, etwa Einschränkungen der kognitiven Fähigkeiten oder Schwindelattacken.“ Die Studie gibt die Empfehlung, das Medikament nur dreimal die Woche nach der Dialyse einzunehmen, nicht täglich. Last but not least können rückfettende Salben die Hautbeschwerden lindern. „Das sollte man immer empfehlen. Dialysepatienten haben oft eine trockene Haut“, sagt Mertens.

Der Verlust des Gespürs

Vor einer Therapie sind andere mögliche Faktoren auszuschließen, beispielsweise raue Kleidung, häufiges Waschen oder psychischer Stress. Auch eine Ernährungsanamnese kann Sinn machen, ebenso mehr Bewegung. „Bewegen sich nierenkranke Patienten, geht es ihnen generell besser. Der Körper antwortet unter Umständen auch anders auf Schmerzreize, wenn er in einem relativ fitten Zustand ist“, sagt Mertens.

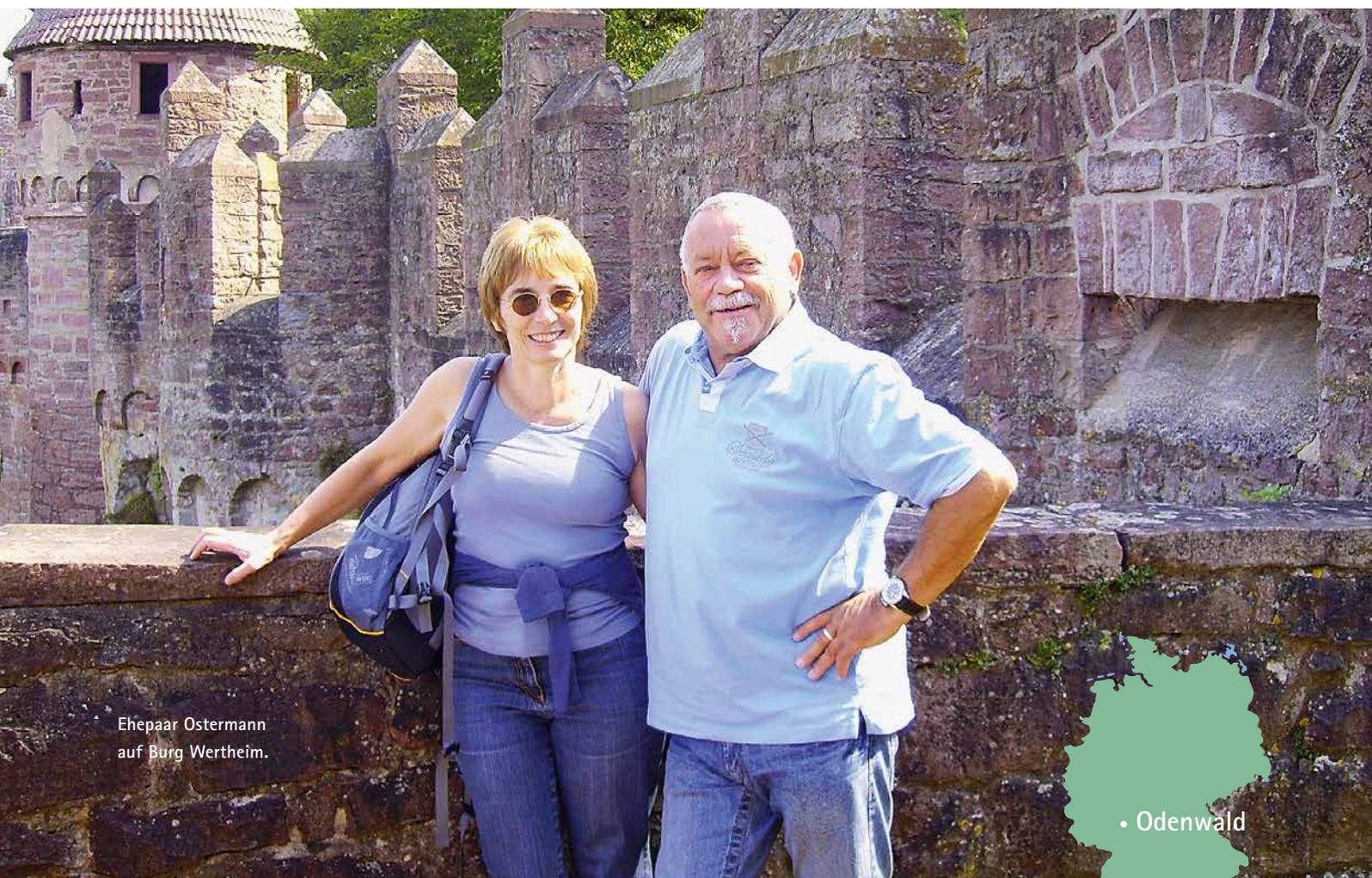
Aus Sicht der Patienten sei Pruritus aufgrund einer Überaktivität der Nerven ein wesentliches Thema, unterstreicht der Experte. „Die Lebensqualität fällt dramatisch ab. Ich kenne Patienten, die kratzen sich mit einem Schrubber den Rücken auf. Sie können nicht schlafen, sind angespannt, gestresst und insgesamt so getrieben, dass sie nicht selten Selbstmordgedanken hegen.“

Intelligente Sohlen

Prof. Dr. Peter Mertens und sein Team an der Magdeburger Universitätsklinik forschen zur Entwicklung von Druckgeschwüren und vergleichen in einer telemedizinischen Studie Diabetes-Patienten mit urämischer Polyneuropathie. „Bei rechtzeitiger Entlastung der Füße können zwei von drei Geschwüren vermieden werden“, berichtet Mertens. Vor allem die Temperatur gilt als Indikator. Steigt sie an, weist das auf ein entstehendes Geschwür hin. Die Magdeburger Wissenschaftler haben „kluge“ Einlegesohlen mit Sensoren entwickelt, die bei falscher Druckbelastung und erhöhter Temperatur Alarm schlagen. Die Daten gehen per Bluetooth an das Smartphone und der Patient kann gegensteuern.

Im fortgeschrittenen Stadium der chronischen Niereninsuffizienz und bei Zuckerkrankheit kann es auch zu einer urämischen Polyneuropathie kommen. Dabei werden die Nervenfasern geschädigt und es herrscht dann zu wenig Nervenaktivität. Das äußert sich in Gefühlsstörungen – vom Taubheitsgefühl bis zum Verlust des Gespürs. Die Wirkung auf den Patienten sei eine andere als beim Pruritus, skizziert Mertens: „Die meisten können das als ein Gefühl verarbeiten, das nicht in Ordnung ist, aber es wird als nicht so belästigend wahrgenommen.“ Indes: Werden Druckpunkte in den Schuhen nicht mehr registriert, können dort Druckgeschwüre entstehen (diabetisches Fußsyndrom; siehe Kasten).

Ob Juckreiz, Kribbeln, Schmerzen oder Gefühlslosigkeit – Neuropathiebeschwerden sind immer ein Fall für den behandelnden Arzt. Er wird Risikofaktoren abfragen, einfache Tests durchführen und eine Behandlung vorschlagen, um die Qualen zu lindern und – um beim anfänglichen Sprachbeispiel zu bleiben – die Nerven so gut es geht zu schonen. ●



Ehepaar Ostermann
auf Burg Wertheim.

• Odenwald

MEIN LIEBLINGSORT: DER ODENWALD UND DER AMORSBRUNN

Wo die Liebe hinfällt

Im Odenwald finden Reisende ihr Glück. Zumindest darf das Dialysepatient Ernst Ostermann von sich behaupten. Obendrein gibt es für ihn dort gleich zwei KfH-Standorte zur Gastdialyse.

Ernst Ostermann wohnt in einem Ort, bei dem andere an Urlaub denken: Sonthofen. Das liegt im Oberallgäu, Kempten und Oberstdorf sind nicht weit weg. Denkt Ernst Ostermann jedoch selbst ans Reisen, hat er meist den Odenwald vor Augen: die sanften Hügel, die

Streuobstwiesen, die großen Waldgebiete. Genauso denkt er dann an seine Frau Petra und an eine kleine Kapelle.

Zwei-, dreimal im Jahr macht Ernst Ostermann für gewöhnlich mit seiner Frau Station in dem Mittelgebirge, das sich von Südhessen nach Unterfranken und bis in den Norden

Badens zieht. Der Grund ist so einfach wie schön: Petra stammt von hierher und ist einst der Liebe wegen zu ihm ins Allgäu gezogen. So ist es für den 68-jährigen Dialysepatienten heute selbstverständlich, Ferien in der Heimat der Ehefrau zu verbringen, in einem kleinen Dorf in der Nähe von

Miltenberg/Bayern. Von dort aus ist es jeweils eine halbe Stunde mit dem Auto ins Hessische zum KfH-Nierenzentrum nach Bad König oder in dessen Außenstelle nach Erbach.

In ihren Odenwald-Ferien streifen die beiden beispielsweise durch Altstädte, wandern in den Weinbergen bei Klingenberg oder flanieren im Kurpark von Bad König. „Gerade in den Altstädten gibt es viele schöne Flecken“, sagt Ernst Ostermann. Bensheim, Dieburg, Eberbach, Erbach, Michelstadt oder Miltenberg sind reich an historischen Fachwerkhäusern.

Regelmäßig besuchen sie die Amorsbrunn-Kapelle im Ort Amorbach bei Miltenberg. „Das ist unsere Lieblingsstelle.“ Teile dieses wohl auf einem vorchristlichen Quellheiligtum errichteten Wallfahrtsziels stammen aus dem zwölften Jahrhundert. Direkt unter dem gotischen Kirchlein liegt eine Quelle. Ihr Wasser soll unterschiedliche Heilwirkungen haben. Die Kapelle ist heute ein beliebter Heiratsort. Die Ostermanns haben sich darin vor fünf Jahren verlobt, kommen deswegen immer wieder gerne zurück. Selbst wenn die Analogie zu Amors Pfeil so schön zur Geschichte passen

würde: Der Wortteil amor rührt nicht vom lateinischen Begriff für Liebe her, sondern vom mittelalterlichen amar, einer Bezeichnung für die Weizenart Emmer.

Dialyse in Bad König oder in Erbach

Seit November 2013 ist Ernst Ostermann dialysepflichtig. Er fühlt sich im Heimzentrum in Immenstadt „gut aufgehoben“. Zuerst probierte er es mit Peritonealdialyse, dann musste er auf Hämodialyse umstellen und ließ sich als Zugang am linken Unterarm einen Shunt setzen. „Damit komme ich prima zurecht“, erzählt er, „meine Werte passen, ich kann mit der Dialyse leben.“

Mal kommen sie nur für drei, vier Tage in den Odenwald, mal bleiben sie zwei Wochen. Je nach Verfügbarkeit dialysiert Ernst Ostermann dann in Bad König, wo das KfH-Nierenzentrum im Gebäudekomplex der Odenwald-Therme liegt, oder in Erbach. Beide Zentren stehen unter der ärztlichen Leitung von Dr. Gerhard Prager und Dr. Georg Strack und sind auf Gäste eingestellt.

„Je früher sich Gastdialysepatienten melden, desto besser“, sagt Strack, „aber wir sind flexibel, hätten nur gerne vorab aussagekräftige medizinische Unterlagen wie einen Arztbrief.“ Würden sich Gäste für einen Tipp an den Bad Königer Nephrologen wenden,

Nützliche Adresse

Odenwald Tourismus
Telefon: 06061-965970
info@tourismus-odenwald.de
www.tourismus-odenwald.de



Urlaubsdialyse im Odenwald

KfH-Nierenzentrum
im Kurhaus Bad König
Elisabethenstraße 13
64732 Bad König
Telefon: 06063-2021
bad-koenig@kfh-dialyse.de

KfH-Nierenzentrum
im Kreiskrankenhaus Erbach
Albert-Schweitzer-Straße 10
64711 Erbach
Telefon: 06062-60043
erbach@kfh-dialyse.de

würde er ihnen raten: „Die Seele baumeln lassen, in die Odenwald-Therme gehen, vielleicht das Erbacher Schloss und das Michelstädter Rathaus besichtigen und vor allem wandern oder Rad fahren, sofern möglich.“ Der Odenwald ist nicht spektakulär, aber er tut einfach gut – Ernst Ostermann kann das bestätigen. ●



Das historische Rathaus von Michelstadt (links) und die Amorsbrunn-Kapelle in Amorbach. Hier haben sich Odenwald-Gastdialysepatient Ernst Ostermann und seine Frau Petra verlobt.



Ein Buch aus Dankbarkeit

Nach sieben Jahren Dialyse hat Heiko Burrack 1994 als 25-Jähriger eine Spenderniere bekommen. Nun hat der frühere KfH-Dialysepatient dazu ein Buch veröffentlicht. In „Leben hoch zwei“ setzt er sich mit den Fragen des „schweren“ Themas Organspende und -transplantation auseinander. Burrack schildert viele Beispiele Betroffener, meist in Form kurzweiliger Interviews. Er räumt der Hirntoddiagnostik großen Raum ein, klärt Gerüchte auf und widmet ein Kapitel der Nierentransplantation. **Wir stellten ihm drei Fragen:**

Warum haben Sie dieses Buch geschrieben?

Es gibt zwei Gründe. Zum einen existieren zu schwierigen Themen, auch dem Hirntod, gerade im Internet viele Vorurteile. Ich wollte nach mehr als 25 Jahren wissen, ob ich dieses Organ auf korrektem Weg bekommen habe. Das kann ich nun bejahen. Der zweite Grund: Es war Zeit, Danke zu sagen. 25 Jahre Nierentransplantiert, das ist schon eine Menge.

Manche drücken sich vor dem Thema. Können Sie das verstehen?

Klar. Man muss sich mit dem eigenen Tod, dem Sterben beschäftigen, mit der eigenen Endlichkeit. Wer hat darauf schon Lust?

Sie arbeiten als Berater für Werbeagenturen. Wie sähe die ideale Kampagne für die Idee der Organspende aus?

Brauchen wir die? Laut Umfragen stehen viele Menschen dem Thema positiv gegenüber. Auf der anderen Seite sind die Spenderzahlen immer noch im Keller, und wir müssen uns fragen, woran das liegt. Ich denke, dass an Organspende im Krankenhaus, auf der Intensivstation zu wenig gedacht wird. Da hilft keine Kampagne für das breite Publikum. Doch das neue Gesetz für bessere Zusammenarbeit und bessere Strukturen bei der Organspende ist ein Schritt in die richtige Richtung. ●



Heiko Burrack, Leben hoch zwei. Fragen und Antworten zu Organspende und Transplantation, Verlag medhochzwei, Softcover, ISBN 978-3-86216-544-5, 24,99 Euro.

IN DER NÄCHSTEN AUSGABE

50 Jahre KfH. Freuen Sie sich auf ein Patientenmagazin mit vielen Überraschungen!

Heft 3-2019 erscheint am 25. September

Auflösungen von Seite 24

Auflösung zu „Blümchenlogik“: 69 – Die Ziffern in den Blättern am Stiel der Blume ergeben eine Zahl, diese wird mit den einzelnen Ziffern an der Blüte addiert. (53+5+3+3+5+3=69)

Lösung „Logische Reihe“

9	2	8	7	4	3	1	5	6
8			2	7	4	8		
4	7	1	5	6	8	9	2	3
7	8	5	6	3	1	4	9	2
2	1	3	4	9	5	8	6	7
6	9	4	2	8	7	5	3	1
1	4	9	3	7	6	2	8	5
8	6	2	1	5	9	3	7	4
3	5	7	8	2	4	6	1	9

Sudoku

G	B	E	N	O	T	U	N	G	A	N	S	T	A	N	D
R	U	E	R	E	I	M	E	I	R	E	T	H	A	I	
B	E	L	A	G	M	S	T	R	A	S	S	E	L		
S	A	N	I	O	N	L	P	E	R	U	I	K			
E	R	B	E	W	E	B	E	R	N	P	N	E	U		
E	I	N	S	A	M	H	B	E	T	E	N	A	E		
N	E	U	E	R	I	C	E	T	G	E	L	E	E		
G	P	D	U	B	L	E	T	T	E	S	K	I			
M	I	E	R	O	I	D	E	A	L	I	S	T	I	P	
G	E	F	A	S	S	E	I	N	G	E	B	O	R	E	N
A	H	L													

Rätsel

Impressum

Herausgeber: KfH Kuratorium für Dialyse und Nierentransplantation e. V., Gemeinnützige Körperschaft; **Redaktion:** Stabsstelle Kommunikation – Ilja Stracke/Andreas Bonn (verantwortlich); **Anschrift der Redaktion:** KfH Kuratorium für Dialyse und Nierentransplantation e. V., Redaktion KfH-aspekte, Martin-Behaim-Straße 20, 63263 Neu-Isenburg, Telefon 06102-359464, Fax 06102-359451, E-Mail aspekte@kfh-dialyse.de **Verlag:** F.A.Z.-Institut für Management-, Markt- und Medieninformationen GmbH, Frankenallee 68-72, 60327 Frankfurt am Main; **Projektleitung:** Jan Philipp Rost; **Redaktion:** Gabriele Kalt, Oliver Kauer-Berk; **Art Direktion/Bildredaktion:** Oliver Hick-Schulz; **Druck:** Westdeutsche Verlags- und Druckerei GmbH, 64546 Mörfelden-Walldorf; **Bildnachweise:** Titel, S. 7: Eva-Katalin, iStock/GettyImages, S. 2: Uwe Nölke, Tinpixels, iStock/GettyImages S. 3: Anja Wozikowski, SICHTstark Fotodesign, KfH, S. 6: D-Keine, iStock/GettyImages, S. 8/9: Urupong, iStock/GettyImages, S. 10: Alexander Heintl, picture alliance/dpa, S. 11: elenab/iStock/GettyImages, S. 12: KfH, S. 14: CharlieAJA, iStock/GettyImages, S. 16: Jan Kopetzky, S. 18/19: koto_feja/iStock/GettyImages, S. 20: privat, S. 21: Emily Wabitsch, Odenwald Tourismus GmbH, S. 22: ViktorKap/iStock/GettyImages, Giulio Fornasar/iStock/GettyImages, S. 23: Stefan Freund, S. 24: Deike Verlag

Denksport

Be- hälter	Besitzer	Unter- wasser- waffe	▼	▼	Wind- schatten- seite	alte frz. 5-Cen- times- Münze	Kaffee- gebäck	▼	Geistes- blitz	Fehler beim Tennis (engl.)	Holz- zaun	▼	Kamera- objektiv (Kw.)	Him- mels- richtung	▼	Stil, Weise	griechi- sche Siegess- göttin	griech. Vorsilbe: bei, da- neben
▶	▼			○8		▼	Urein- wohner	▶	▼	▼	▼			▼			▼	▼
▶					treiben		uneigen- nütziger Mensch	▶						○7		Rufname d. Schau- spielers Connelly		
wilde Acker- pflanze		See nahe der Zug- spitze		Doppel- stück	▶						○3		ge- sunden		▶	Schnee- gleit- brett		
An- fänger	▶	▼				ein Schnell- zug (Abk.)				Meeres- straße		süßer Brot- aufstrich	▶	○5				altgrie- chischer Mathe- matiker
ganz allein	▶		○6				Frage- wort		Anrufen Gottes	▶					landsch.: Berg- werk		Back- zutat	▼
▶				Fluss durch Bern		Beruf in der Textil- industrie	▶	○13				brasil. Bundes- staat		Luft- reifen	▶	○9		
Ver- mäch- tnis	Flug- zeug- vorder- teil		elektr. Teilchen (negativ)	▶					japa- nische Münze		Staat in Süd- amerika	▶	○1			niederl.: ich	▶	○11
Auf- schnitt auf Brot	▶			○2		englisch: gehen		Ver- kehrs- weg	▶							Initialen von Albers	franzö- sisch: Jahr	
▶			Regie- rung (abwer- tend)	▶			○4			West- euro- päer	▶			asia- tische Völker- gruppe	▶		○10	
franzö- sisch: Straße		Bewer- tung der Leistung	▶								Höflich- keit	▶			○12			

DP-1911-0519-10

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----

Sudoku | Zahlen von 1 bis 9 sind so einzutragen, dass sich jede dieser Zahlen nur einmal in einem Neunerblock, nur einmal auf der Horizontalen und nur einmal auf der Vertikalen befindet.

	5	7			4				9
8		2		5		3			
			3	7		2			
6	9		2						1
			4					6	7
	8	5		3	1				
			5	6	8				
5	3	6				7	4		
					3	1	5	6	

Logische Reihe | Finden Sie die Logik hinter der Zahlenanordnung, und ersetzen Sie das Fragezeichen durch die richtige Zahl.

