

## PRESSEMITTEILUNG

### **„Die Nieren leiden lange unbemerkt!“**

**Ziel des Weltnierentages am 10. März ist es, Nierenerkrankungen und deren Ursachen stärker in den Fokus der Bevölkerung zu rücken und die Möglichkeiten der Vorbeugung von chronischen Nierenerkrankungen bekannter zu machen. Den Neumarkter Nierenspezialisten Dr. med. Josef Wopperer und Dr. med. Annette Heider liegt es am Herzen, auf die Möglichkeiten der Früherkennung und Prävention hinzuweisen, denn nur wer Risikofaktoren rechtzeitig erkennt, kann seine Nieren schützen und Nierenerkrankungen vorbeugen.**

Neu-Isenburg/Neumarkt, 08.03.2016. „Etwa jeder zehnte Bundesbürger weist eine Einschränkung der Nierenfunktion auf, die unbehandelt zu einer chronischen Nierenerkrankung führen kann. Aber soweit muss es meist gar nicht kommen: Schon bestimmte Lebensstiländerungen können helfen, die Nierengesundheit zu erhalten“, weiß der leitende Arzt des KfH-Nierenzentrums Neu-Isenburg Dr. med. Josef Wopperer. Mit körperlicher Fitness und einer gesunden Ernährung mit viel Obst, Gemüse und Ballaststoffen könne man Bluthochdruck, Diabetes mellitus und Übergewicht vorbeugen – und damit auch Nierenschäden. Auch Rauchen sei schädlich für die Nieren, weil es die Gefäße schädigt. „Darüber hinaus sollten freiverkäufliche Schmerzmittel nicht ohne ärztliche Rücksprache über längere Zeit eingenommen werden, denn die Nieren reagieren empfindlich auf einen ‚Dauerbeschuss‘ mit vielen Schmerzmedikamenten“, informiert seine Kollegin Dr. med. Annette Heider.

„Frühzeitig erkannt, kann das Fortschreiten einer Nierenerkrankung aufgehalten oder zumindest verlangsamt werden“, so Wopperer. Deshalb sei es so wichtig, auf seine Nieren zu achten und Gefahren für die Nieren rechtzeitig zu erkennen. „Menschen mit Bluthochdruck, Diabetes oder Übergewicht sowie Menschen über 60 Jahre sollten ihre Nierenfunktion einmal im Jahr überprüfen lassen. Durch einen regelmäßigen Blut- und Urintest, der beim Hausarzt durch-

#### HERAUSGEBER

KfH Kuratorium für Dialyse und  
Nierentransplantation e.V.  
Martin-Behaim-Str. 20  
63263 Neu-Isenburg

#### PRESSESTELLE

Ilja Stracke (Leitung)  
Telefon: 06102/359-328  
Andreas Bonn (Stv. Leitung)  
Telefon: 06102/359-492  
Claudia Brandt (Assistenz)  
Telefon: 06102/359-464

presse@kfh-dialyse.de  
www.kfh.de

geführt wird, kann eine abnehmende Nierenfunktion frühzeitig entdeckt werden“ erklärt Heider.

Die Nieren sind Hochleistungsorgane: Die gesamte Blutmenge eines Menschen, das sind fünf bis sechs Liter, fließt etwa 300 Mal täglich durch die Nieren, wird dort gefiltert und von Giftstoffen befreit. Aber die Kleinstgefäße in den Nieren, die die Filterfunktion übernehmen, sind anfällig für Schädigungen. Allerdings verursachen diese Schädigungen am Anfang in der Regel keine Schmerzen, so dass sie vorerst oft unbemerkt bleiben – und daher auch nicht rechtzeitig behandelt werden können.

Weitere Informationen gibt es auch in den KfH-Patientenbroschüren

- „Bluthochdruck. Werte senken – Nieren schützen“
- „Diabetes. Nierenfunktion durch rechtzeitige Behandlung stabilisieren“
- „Salz. Bewusst ernähren“.

Sie sind kostenlos per Mail zu bestellen ([info@kfh-dialyse.de](mailto:info@kfh-dialyse.de)) und stehen auf [www.kfh.de](http://www.kfh.de) zum Download zur Verfügung. Vertiefende Informationen rund um die Nieren finden Interessierte zudem auf [www.nierenwissen.de](http://www.nierenwissen.de).

[2.936 Zeichen mit Leerzeichen]

Im KfH-Nierenzentrum Neumarkt ([www.kfh.de/neumarkt](http://www.kfh.de/neumarkt)) werden chronisch nierenkranke Patienten mit der Dialyse behandelt. Zum Aufgabenspektrum gehört darüber hinaus das frühzeitige Erkennen von Risikofaktoren, die Diagnostik und Therapie chronischer Nierenerkrankungen sowie die Versorgung der Patienten vor und nach einer Nierentransplantation im Rahmen der nephrologischen Sprechstunde.

Das gemeinnützige KfH Kuratorium für Dialyse und Nierentransplantation e.V. – Träger des KfH-Nierenzentrums – steht seit mehr als 45 Jahren 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 über 200 KfH-Zentren werden rund 18.700 Dialysepatienten sowie fast 60.000 Sprechstundenpatienten umfassend behandelt.

[855 Zeichen mit Leerzeichen]

Fotos [Dr. med. Josef Wopperer](#) und [Dr. med. Annette Heider](#)

**Bildunterschrift:**

Dr. med. Josef Wopperer und Dr. med. Annette Heider leiten das KfH-Nierenzentrum Neumarkt: „Die Nieren leiden lange unbemerkt. Für die Nierengesundheit ist es deshalb wichtig, Risikofaktoren frühzeitig zu erkennen!“