

## PRESSEMITTEILUNG

### **Mit gesunder Ernährung Nierenerkrankungen vorbeugen**

**Der Welt nierentag am 9. März 2017 steht unter dem Motto „Nierenerkrankung und Übergewicht“, denn ein gesunder Lebensstil ist Grundlage für die Gesunderhaltung der Nieren.**

Neu-Isenburg/Neumarkt, 2.3.2017. Etwa 100.000 Menschen leiden in Deutschland an einem chronischen Nierenversagen, d. h. sie sind auf eine Nierenersatztherapie (Dialyse oder Nierentransplantation) angewiesen, weil ihre Nieren nicht mehr ausreichend arbeiten. Zu den häufigsten Ursachen für chronische Nierenerkrankungen gehören Bluthochdruck und Diabetes. Beide Erkrankungen schädigen die Gefäße und damit auch die Kleinstgefäße in den Nieren, die dann ihre Filterfunktion nicht mehr in ausreichendem Maße ausüben können. Übergewicht wiederum ist nicht selten der Grund für Bluthochdruck und Diabetes, weil es unter anderem das Herz und den Stoffwechsel belastet. Es kann aber auch direkt die Nieren schädigen.

Eine gesunde Ernährung spiele also für gesunde Nieren eine wichtige Rolle, so Dr. med. Josef Wopperer, leitender Arzt des KfH-Nierenzentrums Neumarkt. „Aber auch Patienten, deren Nieren bereits geschädigt sind, können mit der richtigen Ernährung den Krankheitsverlauf positiv beeinflussen und dadurch mehr Lebensqualität gewinnen“, berichtet Wopperer. Zum Beispiel könne eine auf die Nierenerkrankung abgestimmte Ernährung dabei helfen, das Fortschreiten einer Nierenschwäche zu verlangsamen und ein Nierenversagen so lange wie möglich hinauszuzögern. Es gäbe allerdings keine einheitliche Diät für nierenkranke Patienten, da sich die richtige Ernährung am Stadium der Nierenschwäche orientieren müsse. „Bei Patienten, die bereits dialysepflichtig sind, gilt es zum Beispiel, den Körper nicht durch zu viel Kalium, Phosphat oder Salz zu belasten und auf der anderen Seite einem Mangel an Eiweiß und wichtigen Nährstoffen vorzubeugen, um Folgeerkrankungen zu verhindern“, ergänzt Dr. med. Randolph Seitz, ebenfalls Nephrologe im KfH-Nierenzentrum Neumarkt. „Wir bieten unseren Patienten eine individuelle Unterstützung

#### HERAUSGEBER

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

#### PRESSESTELLE

Ilija 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

durch ausgebildete Ernährungsberater an, um eine Anpassung der Lebensmittel an die Nierenerkrankung zu erleichtern“, berichtet Wopperer. „Auf genussvolles Essen muss dabei aber kein Patient verzichten.“

Hintergründe und praktische Tipps zur Ernährung für nierenkranke Patienten finden sich in der Ausgabe 3-2016 des Patientenmagazin KfH-aspekte sowie in der KfH-Broschüre „Salz – Bewusst ernähren“. Beide Medien stehen zum Download auf [www.kfh.de/infomaterial](http://www.kfh.de/infomaterial) (unter „Patientenmagazin“ bzw. unter „Patientenratgeber“) zur Verfügung. In jeder KfH-aspekte-Ausgabe gibt es immer auch leckere Rezepte zum Nachkochen inkl. Warenkunde.

[2.676 Zeichen mit Leerzeichen]

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

Das gemeinnützige KfH Kuratorium für Dialyse und Nierentransplantation e.V. – Träger des KfH-Nierenzentrums – 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 über 200 KfH-Zentren werden rund 18.800 Dialysepatienten sowie aktuell rund 61.000 Sprechstundenpatienten umfassend behandelt.

[816 Zeichen mit Leerzeichen]

**Fotolinks [Dr. med. Josef Wopperer](#) und [Dr. med. Randolph Seitz](#)**

**Bildunterschrift:**

Die Nephrologen Dr. med. Josef Wopperer und Dr. med. Randolph Seitz aus dem KfH-Nierenzentrum Neumarkt weisen anlässlich des Weltnierentages auf die Bedeutung einer gesunden Ernährung für die Nieren hin. Fotos: KfH