

## PRESSEMITTEILUNG

### **Expertentelefon zum Welt-Diabetes-Tag: „Diabetes ist die Hauptursache für Nierenversagen“**

**Zum Welt-Diabetes-Tag am 14. November informiert der Norderneyer KfH-Arzt Dr. med. Detlev Gora-Mönks über die Gefahr von Nierenschädigungen durch Diabetes mellitus und steht am Expertentelefon für Fragen und Antworten bereit.**

Neu-Isenburg/Norderney, 06.11.2014. Am Welt-Diabetes-Tag bietet das KfH auf Norderney ein Expertentelefon an: Wer Fragen zu Diabetes und seinen Folgen hat, kann am Freitag, 14. November in der Zeit von 9.00 bis 13.00 Uhr den Diabetes- und Nieren-Experten Dr. med. Detlev Gora-Mönks telefonisch erreichen. Die Telefonnummer lautet: 04932 / 9191200. Dr. med. Detlev Gora-Mönks ist als Diabetologe für das Medizinische Versorgungszentrum des KfH auf Norderney tätig sowie leitender Arzt des örtlichen KfH-Nierenzentrums. Aus seiner täglichen Praxis weiß der Spezialist für Nierenerkrankungen, wie wichtig das rechtzeitige Erkennen und Behandeln von Diabetes für die Gesundheit der Nieren ist.

#### **Warum schadet Diabetes den Nieren?**

*Ein anhaltend zu hoher Blutzucker bei langjährigem Diabetes mellitus schädigt die Kleinstgefäße in den Nieren, die das Blut filtern. Diese verlieren mit der Zeit ihre Filterfunktion und sterben ab – und damit nimmt die Leistungsfähigkeit der Nieren insgesamt ab, die dann das Blut nicht mehr ausreichend reinigen können.*

#### **Wie häufig ist diese Folge bei Diabetes?**

*Bei etwa 20 bis 40 Prozent aller Diabetiker tritt im Verlauf ihrer Krankheit eine Schädigung der Nieren auf, die im fortgeschrittenen Stadium zur Notwendigkeit der Nierenersatztherapie, also der Dialysebehandlung oder Nierentransplantation führen kann. In den Industrieländern ist Diabetes heute die häufigste Ursa-*

#### 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

*che für die Entwicklung eines chronischen Nierenversagens. Aus diesem Grund ist es so wichtig, Diabetes rechtzeitig zu erkennen und zu behandeln.*

**In diesem Jahr soll mit dem Welt-Diabetes-Tag über den Zusammenhang zwischen gesundem Essen und Diabetes aufgeklärt werden. Warum ist dies so wichtig?**

*Gesunde Ernährung spielt in Hinsicht auf Diabetes eine doppelte Rolle. Während beim Typ-1-Diabetes, der sich oft schon bei Jugendlichen oder jungen Erwachsenen entwickelt, die Bauchspeicheldrüse wegen einer Störung nicht genügend Insulin produziert, kann beim weitaus häufigeren Typ-2-Diabetes der Körper das eigene Insulin nicht mehr ausreichend nutzen. Diese Volkskrankheit entwickelt sich oft unbemerkt und entsteht unter anderem durch Übergewicht und Bewegungsmangel. Eine gesunde Ernährung kann das Risiko für einen Typ-2-Diabetes deutlich senken. Auf der anderen Seite kann eine gesunde Ernährung aber auch dazu beitragen, bei einem bestehenden Diabetes eventuelle Folgen zu reduzieren – zum Beispiel auf die Nieren.*

**Was muss bei der Ernährung konkret beachtet werden?**

*Während zur Vorbeugung eines Diabetes Typ 2 die allgemein bekannten Ernährungsregeln gelten wie ausgewogene, frische Kost, wenig Fertigprodukte, nicht zu viel Salz sowie Gewichtsreduktion bei Übergewicht, sollten Menschen mit Diabetes ihre Ernährung mit dem behandelnden Arzt besprechen, da hier individuell verschiedene Faktoren beachtet werden müssen.*

**Was können Diabetes-Patienten darüber hinaus tun, um ihr Risiko für eine Nierenerkrankung zu vermindern?**

*Neben den medizinischen Maßnahmen, die am besten in enger Zusammenarbeit zwischen Hausärzten, Diabetologen und Nephrologen verordnet werden sollten, ist vor allem die kontinuierliche Mitarbeit des Patienten sehr wichtig, um Schäden an den Nieren zu verhindern. Das beginnt bei einem gesunden Lebensstil. Dazu gehören neben einer ausgewogenen Ernährung auch regelmä-*

*ßige Bewegung und der Verzicht auf Rauchen. Zudem sollte der Blutdruck nicht erhöht sein, weil das die Nieren zusätzlich schädigen kann.*

Weitere Informationen enthalten auch die Broschüren „Diabetes mellitus – Nierenfunktion durch rechtzeitige Behandlung stabilisieren“ und „Salz. Bewusst ernähren“. Beide sind kostenlos per Mail zu bestellen (info@kfh-dialyse.de) und stehen auch auf [www.kfh.de](http://www.kfh.de) zum Download zur Verfügung. Vertiefende Informationen rund um die Nieren gibt es auf [www.nierenwissen.de](http://www.nierenwissen.de).

[4.103 Zeichen mit Leerzeichen]

Im KfH-Nierenzentrum Norderney werden chronisch nierenkranke Patienten mit der Dialyse behandelt. Zudem werden in der nephrologischen Sprechstunde die Diagnostik und Therapie chronischer Nierenerkrankungen und das frühzeitige Erkennen von Risikofaktoren sichergestellt. Auch die Versorgung der Patienten vor und nach einer Nierentransplantation gehört zum Aufgabenspektrum ([www.kfh.de/norderney](http://www.kfh.de/norderney)). Darüber hinaus bietet das KfH auf Norderney (als Nebenbetriebsstätte des KfH MVZ Hannover) auch die fachinternistisch-rheumatologische und diabetologische Versorgung an.

Das gemeinnützige KfH – Träger der KfH-Zentren auf Norderney – steht seit 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 18.500 Dialysepatienten sowie 52.000 Sprechstundenpatienten umfassend behandelt.

[975 Zeichen mit Leerzeichen]

[Foto Dr. med. Detlev Gora-Mönks](#)

**Bildunterschrift:**

Diabetes mellitus kann als Folge auch Nierenerkrankungen verursachen. Aus diesem Grund engagiert sich Dr. med. Detlev Gora-Mönks, Experte für Nierenerkrankungen und Diabetes im KfH auf Norderney für die Aufklärung über die Volkskrankheit Diabetes.