

**Hoher Blutdruck, erhöhte Zuckerwerte und/oder Eiweißwerte im Urin sowie Anämie bedeuten erhöhtes Risiko für**

- **Nierenerkrankung**
- **Herzinfarkt**
- **Schlaganfall**

### **Betrifft das mich? Wann sollte ich den Urin mit Teststreifen untersuchen?**

Bestimmte Personen haben ein erhöhtes Risiko, eine chronische Nierenerkrankung zu bekommen. Das Risiko ist erhöht bei:

- Bluthochdruck
- Übergewicht
- fortgeschrittenem Lebensalter (Alter über 50 Jahre)
- familiärer Vorbelastung einer Nierenerkrankung
- Diabetes mellitus

### **Nutzen sie den Urin-Selbsttest!**

Wenn Sie zu einer Risikogruppe für Nierenerkrankungen gehören, sollten sie den Urin-Selbsttest, bei dem mit Teststreifen 5 wichtige Werte getestet werden, nutzen. Mit den Urin-Teststreifen können Sie frühzeitig erkennen, ob Erkrankungen der Niere, der Harnwege und/oder eine Zuckerkrankheit (Diabetes) vorliegen. Führen Sie den Test bequem zuhause durch, suchen Sie auf jeden Fall Ihren Arzt auf, falls der Urin-Selbsttest positive Werte ergibt.

### **Nehmen Sie Ihre Gesundheit selbst in die Hand!**

Fragen Sie in Ihrer Apotheke nach dem Urin-Selbsttest.



Beispiel für Urinteststreifen



Diese Broschüre wurde mit freundlicher Unterstützung der Roche Pharma AG gedruckt.

Diese und alle weiteren Informationsbroschüren können Sie bei der Deutschen Nierenstiftung bestellen.



#### **Deutsche Nierenstiftung**

c/o Klinikum Darmstadt  
Grafenstrasse 9  
64283 Darmstadt  
Tel. 06151/78 0 74 - 0  
Fax 06151/78 0 74 - 29  
www.nierenstiftung.de  
info@nierenstiftung.de

29-DNS02/2011

#### **Spendenkonto Deutsche Nierenstiftung**

Volksbank eG Darmstadt, Kto: 52 00 70 9 BLZ 508 900 00

## Früherkennung mit Urinteststreifen

DEUTSCHE  
NIERENSTIFTUNG

Nierenerkrankungen  
und Behandlung

## Unerkannte chronische Nierenerkrankungen führen zum Verlust der Nierenfunktion!

Von chronischen Nierenerkrankungen sind weltweit über 500 Millionen Menschen betroffen. 10% der erwachsenen Bevölkerung leiden an irgendeiner Form der chronischen Schädigung der Niere, die zum irreversiblen Verlust der Nierenfunktion führen kann. Dabei bleiben viele dieser Nierenerkrankungen in frühen Stadien unerkannt, und die Patienten sind sich lange gar nicht bewusst, dass sie ihre Nierenfunktion schleichend verlieren. Bei frühzeitiger Entdeckung könnte der Verlauf der Nierenerkrankung durch Therapie positiv beeinflusst werden.

### Wie führen Nierenerkrankungen zum Funktionsverlust der Niere?

Nierenerkrankungen betreffen in der Regel beide Nieren und schädigen ihr Funktionsgewebe, zu dessen wichtigen Aufgaben die Entgiftung des Körpers, die Regulierung des Wasserhaushalts, des Blutdrucks und der Blutbildung gehören. In vielen Fällen werden die winzigen Filtereinheiten (Nephronen) angegriffen, wodurch sich ihre Filterleistung vermindert. Die Schädigung erfolgt normalerweise über mehrere Jahre, und es treten, wenn überhaupt, nur sehr wenige Symptome auf. Einen allmählichen Verlust der Nierenfunktion nennt man chronische Nierenerkrankung. Mit Fortschreiten der Krankheit kann es zu einem permanenten Nierenversagen kommen, das im Endstadium eine Dialysebehandlung (Blutwäsche) erforderlich macht. Dabei sind es ganz verschiedene Grunderkrankungen, denen aber ein vergleichbarer Schädigungsmechanismus der Filtereinheiten der Nieren gemeinsam ist, darunter Nierenentzündungen (Glomerulonephritis), Stoffwechselerkrankungen (Diabetes) und unbehandelter

Bluthochdruck. Nierensteine und bakterielle Infekte der Harnwege dagegen, die Patienten besonders häufig zum Urologen führen, lassen das Funktionsgewebe der Nieren und speziell die Filtereinheiten meist unbeeinträchtigt. Diese vom Urologen behandelbaren Erkrankungen führen nur selten zum permanenten Nierenversagen.

**Menschen mit chronischem Nierenleiden haben ein erhöhtes Risiko für einen Schlaganfall oder Herzinfarkt!**

Ihre Nieren sind lebenswichtige Organe, die unbedingt gesund bleiben müssen! Die Aufgaben der Nieren im Organismus sind von so zentraler Bedeutung, dass mit ihrem Funktionsrückgang bereits frühzeitig das Risiko für andere Erkrankungen drastisch ansteigt. Das rechtzeitige Erkennen einer Nierenerkrankung ist daher nicht nur wichtig, um diese zu therapieren, sondern auch um weitergehende Schäden, v.a. am Gefäßsystem zu vermeiden.

### Habe ich eine chronische Nierenerkrankung? Was sind die Symptome?

Nierenerkrankungen verlaufen in frühen Stadien oft unbemerkt. Dies wäre aber der beste Zeitpunkt für eine Behandlung. Bei einer Nierenerkrankung im Frühstadium fühlen sich die Betroffenen normalerweise nicht krank; und es kann mehrere Jahre dauern, bis die kranke Niere Probleme bereitet. Bei Auftreten von Symptomen ist es oftmals bereits zu spät. Häufig werden abnorme Mengen Eiweiß und Blut (Hämaturie) im Urin ausgeschieden, die aber quantitativ so gering sind, dass sie dem Patienten

nicht auffallen. So ist der Urin nicht erkennbar verfärbt, die Störungen können aber mit Urinteststreifen zuverlässig entdeckt werden.

Studien haben gezeigt, dass das Fortschreiten einer Niereninsuffizienz verzögert oder sogar verhindert werden kann, wenn der Blutzucker, der Blutdruck und das Eiweiß im Urin überwacht werden. Besonders das Auftreten von Eiweiß im Urin zeigt frühzeitig das Vorliegen einer Nierenerkrankung und das damit verbundene erhöhte Risiko für andere Erkrankungen an. Die gute Nachricht hierbei ist, dass das Eiweiß im Urin mit einem einfachen Urintest nachgewiesen werden kann.

### Was bedeutet Eiweiß im Urin?

Eine gewisse Menge an Eiweiß im Urin kommt sehr häufig vor und muss kein Grund zur Beunruhigung sein. Starke körperliche Aktivität oder Fieber bei Infektionen können die Eiweißausscheidung vorübergehend ansteigen lassen. Ein ungewöhnlicher Anstieg der Eiweißausscheidung kann jedoch ein Hinweis auf eine Erkrankung der Niere sein. Mit einem einfachen Urintest können Sie herausfinden, ob in Ihrem Urin eine abnorme Menge an Eiweiß vorhanden ist.

Dieser Test kann von einer medizinischen Fachperson oder von Ihnen selbst zuhause durchgeführt werden.

Falls der erste Urintest hohe Eiweißwerte zeigt, sollten Sie ein bis zwei Wochen später einen weiteren Test machen. Falls der zweite Test ebenfalls hohe Eiweißwerte ergibt, sollten sie unbedingt ihre Nierenfunktion prüfen lassen, z.B. bei einem Facharzt für Nierenerkrankungen (Nephrologie).

Informieren sie sich auch unter [www.meineNiere.de](http://www.meineNiere.de)