

WIE WERDEN NIERENSTEINE BEHANDELT?

Die meisten Steine können mit Hilfe einer größeren Trinkmenge, Ernährungsanpassungen und Medikamenten behandelt werden. Etwa 90% der Steine werden dann innerhalb von 3 bis 6 Wochen spontan abgehen. Es ist wichtig, abgegangene Steine für weitere Untersuchungen aufzubewahren. Bestimmte Steintypen, z. B. Harnsäure- und Cystinsteine, können mit Hilfe von Medikamenten aufgelöst werden. Steine müssen immer entfernt werden, wenn sie Infektionen, Harnstau oder Nierenschäden verursachen.

Wenn die Nierensteine nicht auf dem natürlichen Weg abgehen, muss man sie im Krankenhaus entfernen. Es gibt unterschiedliche Methoden, zu denen Ihr Arzt Sie nach einer sorgfältigen Untersuchung beraten wird. Manche Steine können mit teleskopartigen Instrumenten über die Harnwege entfernt oder verkleinert werden. Nach Spaltung der Steine gehen diese meistens innerhalb von einigen Wochen spontan ab. Eine andere Behandlung nutzt Stoßwellen um die Nierensteine zu zertrümmern. Die Methode wurde ursprünglich in München entwickelt und inzwischen bei mehreren Millionen Patienten weltweit eingesetzt. Die Stoßwellen sind ungefährlich für den Körper. Sie gehen problemlos durch Körpergewebe und Wasser und greifen nur harte Gegenstände wie einen Nierenstein an. Bei den neueren Methoden der Stoßwellentherapie kann sogar auf eine Narkose verzichtet werden. Die klassische operative Behandlung eines Nierensteins ist nur noch in weniger als 5% der Fälle erforderlich. Nur in absoluten Ausnahmefällen ist die Nierenfunktion bereits so ernsthaft eingeschränkt und die Infektion so ausgeprägt, dass eine ganze Niere entfernt werden muss.

WIE KANN MAN DER BILDUNG NEUER STEINE VORBEUGEN?

Besonders bei Patienten, die bereits Nierensteine hatten, ist es wahrscheinlich, dass sich wieder neue Steine bilden. In vielen Fällen kann man dieser Neubildung jedoch vorbeugen. Zum Beispiel indem man viel trinkt, etwa 2 – 3 Liter pro Tag. Zusätzlich kann man die Ursache für die Nierensteine feststellen lassen und dann mit Hilfe von Ernährung und Medikamenten vorbeugen.

Eine Behandlung mit Medikamenten wird in der Regel nur verschrieben, wenn große Trinkmengen und Diät nicht ausreichen. Um feststellen zu können, welche Medikamente individuell geeignet sind, werden das Blut und der Urin untersucht.

Medizinische Fortschritte haben es ermöglicht, nicht nur die Ursachen der Nierensteine besser verstehen zu können, sondern auch bessere Behandlungsmethoden zu entwickeln. Neue Behandlungen wie die Stoßwellentherapie machen viele chirurgische Eingriffe überflüssig. Dennoch bleiben viele Ursachen des Steinleidens ungeklärt. Deshalb unterstützt die Deutsche Nierenstiftung unter anderem auch die weitere Forschung zur Lösung dieses Problems.

FRÜHERKENNUNG EINER CHRONISCHEN NIERENERKRANKUNG

Die Funktionstüchtigkeit der Nieren lässt sich mit nur drei Werten ermitteln. Der Blutdruck, der Kreatinin-Wert im Blut und Eiweiß im Urin zeigen an, ob eine Nierenerkrankung vorliegt. Diese Tests sind zum Beispiel alle im „Check-Up 35“ enthalten.

Waren die Informationen für Sie hilfreich? Mit Ihrer Spende sichern Sie unsere Arbeit langfristig. Jeder Beitrag zählt!

BANKVERBINDUNG

Spendenkonto Deutsche Nierenstiftung
Volksbank Darmstadt-Südhessen eG
IBAN: DE46 5089 0000 0005 2007 09
BIC: GENODEF1VBD

KONTAKT



Deutsche Nierenstiftung
Geschäftsstelle
Grafenstraße 13
64283 Darmstadt

Fon 06151-78074-0
Fax 06151-78074-29
info@nierenstiftung.de



www.nierenstiftung.de
www.facebook.com/deutsche.nierenstiftung

Überreicht durch:

NIERENSTEINE

Hilfreiche Informationen zu Ihrer Nierengesundheit

Nierensteine

Nierensteine bilden sich aus nicht löslichen Bestandteilen des Urins. In unserem Urin sind normalerweise viele Stoffe gelöst. Wenn diese nicht mehr löslich sind, entstehen zunächst kleine Kristalle. Diese bleiben aneinander kleben und bilden so einen Nierenstein.

Normalerweise enthält der Urin Substanzen, die eine derartige Kristallbildung verhindern. Nierensteine entstehen also, wenn sich entweder zu viele Steinbaustoffe (wie Calcium und Oxalat) oder zu wenig kristallhemmende Substanzen im Urin befinden. Viele kleine Nierensteine werden auch als Nierengrieß bezeichnet. Sobald ein Nierenstein den Harnleiter hinab wandert, bezeichnet man ihn als Harnleiterstein.



WAS FÜHRT ZU NIERENSTEINEN?

Nierensteine können entstehen wenn:

- sich zu wenig kristallhemmende Substanzen im Urin befinden
- sehr wenig, sehr konzentrierter Urin gebildet wird, z. B. bei zu geringer Flüssigkeitszufuhr
- immer wieder Blasen- und Nierenbeckenentzündungen auftreten
- bestimmte Medikamente missbraucht werden
- eine Abflussbehinderung in den Harnwegen auftritt
- die körperliche Aktivität über mehrere Wochen oder noch länger eingeschränkt ist
- genetische Erkrankungen oder Stoffwechselerkrankungen vorliegen

Bei einer Person können auch mehrere dieser Ursachen gleichzeitig auftreten.

WELCHE ARTEN VON NIERENSTEINEN GIBT ES?

Nierensteine können unterschiedlich zusammengesetzt sein. Die am häufigsten vorkommenden Steine sind:

- Calciumsteine, meistens aufgebaut aus Calciumoxalatkristallen (85%)
- Harnsäuresteine, aufgebaut aus Harnsäure (5%)
- Struvitsteine (Infektionssteine), aufgebaut aus Magnesiumammoniumphosphat (10%)
- Cystinsteine, aufgebaut aus der Aminosäure Cystin (selten)

WELCHE SYMPTOME VERURSACHEN NIERENSTEINE?

Bei vielen Patienten führen Nierensteine zunächst nicht zu Beschwerden. Meist werden die Steine zufällig bei Röntgen- oder Ultraschall-Untersuchungen entdeckt. Erst wenn die Steine sich lösen kann eine Nierenkolik auftreten. Man erkennt Sie an den folgenden Symptomen:

- Plötzlicher Beginn, der Schmerz steigt innerhalb von 30 Minuten stark an
- Der Patient kann nicht still liegen
- Übelkeit und Erbrechen
- Schmerzen entlang der Flanke bis in die Leistengegend
- Schmerzhaftes Wasserlassen und Harndrang, wenn der Stein die Verbindung zwischen Harnleiter und Blase erreicht
- Mit dem Eintritt des Steins in die Blase verschwindet die Nierenkolik spontan
- Fieber, Schüttelfrost und Schwäche; meistens liegt dann eine Infektion vor
- Blutiger Urin oder durch Steine verstopfte Harnwege

Viele dieser Symptome kommen auch bei anderen Erkrankungen der Nieren und Harnwege vor. Deshalb ist zur Diagnose immer eine komplette medizinische Untersuchung notwendig. Die Koliken können erfolgreich mit muskellähmenden Medikamenten bekämpft werden. Der Schmerz im Harnleiter wird dadurch gelindert und es kann zum spontanen Abgang der Steine kommen.

WIE FINDET MAN NIERENSTEINE?

Radiologische Untersuchungen können meistens helfen, die Anwesenheit von Nierensteinen festzustellen. Zur Bestimmung der Größe und exakten Lage der Steine werden Ultraschalluntersuchungen oder spezielle Röntgentechniken angewandt. Vor dem Röntgen müssen dazu manchmal Kontraststoffe gespritzt werden.

Blut- und Urinuntersuchungen können helfen, die Ursache der Steine zu bestimmen. Mit diesem Wissen kann der Arzt die bestmögliche Behandlung einleiten. Um ganz genau zu erfahren, warum die Steine entstanden sind, wird der Arzt seine Patienten zudem ausführlich zu ihrem Verhalten bezüglich Ernährung, Medikamentengebrauch, Lebensstil und zu ihrer familiären Vorgeschichte befragen.

