

## KREATININ: VERLÄSSLICHE CKD-FRÜHERKENNUNG

In den Ausführungsbestimmungen der Gesundheitsuntersuchung ist die Erhebung des Kreatinin-Werts nicht eindeutig formuliert. Deshalb kann es bei der Diagnose von Nierenerkrankungen zu Ungenauigkeiten kommen.

- Klären Sie bei der Terminvereinbarung zur Gesundheitsuntersuchung die Möglichkeit einer Überprüfung des Kreatinin-Werts.
- Lassen Sie sich nach der Untersuchung den Laborbericht aushändigen und besprechen Sie mit der Ärztin oder dem Arzt die verschiedenen Werte. Fragen Sie nach, wenn Sie etwas nicht verstehen, und holen Sie ggf. eine zweite Meinung ein.
- Vereinbaren Sie bei konkretem Verdacht auf eine Nierenerkrankung einen Termin bei einer Fachärztin oder einem Facharzt für Nieren- und Hochdruckerkrankungen (Nephrologin/Nephrologe).

## CKD FRÜHZEITIG ERKENNEN

Eine Chronische Nierenerkrankung (CKD) kann durch ein gezieltes Testen frühzeitig identifiziert werden. Dafür reichen bereits zwei Werte: eGFR und UACR.

- **eGFR** ist ein Maß für die Nierenfunktion (berechnete glomeruläre Filtrationsrate, engl. estimated glomerular filtration rate). Sie wird aus dem Serumkreatinin unter Berücksichtigung von Alter und Geschlecht im Labor berechnet. Normal ist 100 ml/min, bei einer Veränderung gibt es verschiedene Stadien.
- **UACR** ist ein Maß für die Nierenschädigung (Albumin zu Kreatinin – Verhältnis im Urin, engl. urinary albumin creatinine ratio). Sie wird üblicherweise im Labor oder auch in der Praxis aus dem Spontanurin ermittelt. Normal ist Null, bei einem positiven Befund gibt es verschiedene Stadien.

eGFR und UACR werden ebenfalls nicht standardgemäß in der Gesundheitsuntersuchung erhoben. Sprechen Sie Ihre Ärztin oder Ihren Arzt an – lieber einmal zu früh. Denn mit einer chronischen Entzündung der Nieren ist nicht zu spaßen. Wird eine CKD frühzeitig erkannt, gibt es inzwischen sehr gute und wirksame Therapien, etwa durch Medikamente.

### SPENDENKONTO

Deutsche Nierenstiftung  
Volksbank Darmstadt Mainz eG  
IBAN: DE83 5519 0000 0052 0070 10  
BIC: MVBMD55

### KONTAKT

Deutsche Nierenstiftung  
Geschäftsstelle  
Hilpertstraße 27  
64295 Darmstadt  
Fon 06151-78074-0  
info@nierenstiftung.de



[www.nierenstiftung.de](http://www.nierenstiftung.de)  
[www.facebook.com/deutsche.nierenstiftung](https://www.facebook.com/deutsche.nierenstiftung)

# DIE GESUNDHEITS- UNTERSUCHUNG (CHECK-UP)

# Was ist die Gesundheitsuntersuchung?

Die Gesundheitsuntersuchung – ehemals Checkup 35 – dient der Früherkennung von Krankheiten, die gut erkannt und wirksam behandelt werden können wie:

- Herz-Kreislauf-Erkrankungen,
- Diabetes mellitus (Zuckerkrankheit) und
- Nierenerkrankungen, wie etwa die weitverbreitete Chronische Nierenkrankheit (CKD).

## Der Check-up hat folgende Bestandteile:

- Anamnese (Arztgespräch)
- Körperliche Untersuchung
- Messen des Blutdrucks
- Blutuntersuchung (Cholesterin und Glukose)
- Urinuntersuchung (Eiweiß, Glukose, Blutkörperchen, Nitrit) – sinnvoller und aussagekräftiger wäre eine Bestimmung der UACR. Sprechen Sie mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt darüber.
- ggf. weiterführende Diagnostik

Der Untersuchungsablauf richtet sich nach dem Alter der Patientin bzw. des Patienten (vgl. Leistungstabelle).



## CHECK-UP-LEISTUNGSTABELLE

UNTERSUCHUNG	PATIENTENALTER	
	18 bis 35 Jahre (einmalig)	ab 35. Lebensjahr (alle 3 Jahre)
<b>ANAMNESE</b> Arztgespräch: Befragung zu Vorerkrankungen, Erkrankungen in der Familie, Beschwerden, Impfstatus	✓	✓
<b>KÖRPERLICHE UNTERSUCHUNG</b> Überprüfung von Herz, Lunge, Kopf, Hals, Bauch, Wirbelsäule, Bewegungsapparat, Nervensystem und Sinnesorganen	✓	✓
<b>BLUTDRUCKMESSUNG</b>	✓	✓
<b>BLUTPROBE</b> Messen der Cholesterin- und Blutzuckerwerte mit vollständigem Lipidprofil	(✓) nur bei entsprechendem Risikoprofil	✓
<b>URINPROBE (Teststreifen)</b> Messen von Eiweiß, Blutzucker, Blutkörperchen und Nitrit	✗	✓
<b>ERSTELLEN EINES INDIVIDUELLEN RISIKOPROFILS</b>	✓	✓

Ihre Ärztin oder Ihr Arzt gibt Ihnen darüber hinaus Tipps für eine gesunde Lebensweise. Bei Verdacht auf eine Krankheit oder bei vorliegender Diagnose schließt an die Gesundheitsuntersuchung eine weiterführende Diagnostik bzw. eine entsprechende Behandlung der Krankheit an.

Bitte gehen Sie rechtzeitig und regelmäßig zur Ärztin oder zum Arzt – und nicht erst, wenn Sie Symptome aufweisen. Der geänderte Turnus ab einem Alter von 35 Jahren (drei statt zwei Jahre) verlangt von Ihnen mehr denn je, dass sie selbst „dranbleiben“. Denn gerade eine Chronische Nierenkrankheit (CKD) verläuft lange Zeit schmerzfrei und praktisch unsichtbar. Von rund 10 Millionen Erkrankten in Deutschland wissen etwa drei Viertel nichts davon!