

## PRESSEMITTEILUNG

**Weltnerientag 2024**

### **„Die Nieren sind wahre Multitalente“**

**Die Nieren leisten Enormes und sind an vielen lebenswichtigen Prozessen im Körper direkt beteiligt. Aber sie benötigen auch unsere Aufmerksamkeit, um gesund zu bleiben. Anlässlich des Weltnerientages am 14. März weist das KfH-Nierenzentrum Coburg auf die Bedeutung dieser oft unterschätzten Organe hin.**

Neu-Isenburg/Coburg, 11.03.2024. Die Nieren sind gerade einmal faustgroß – aber sie übernehmen vielfältige Aufgaben in unserem Körper. „Neben der Entgiftung sorgen sie unter anderem für einen ausgeglichenen Flüssigkeitshaushalt, die Kontrolle des Säure-Basen-Gleichgewichts und einen gesunden Blutdruck“, berichtet Priv.-Doz. Dr. med. Gerald Braun, leitender Arzt im KfH-Nierenzentrum und Chefarzt der Medizinischen Klinik III am Regiomed Klinikum Coburg. Darüber hinaus übernehmen die Nieren eine wichtige Rolle beim Knochenstoffwechsel und spielen mit ihrer Filterfunktion eine zentrale Rolle bei der Blutreinigung. Sie seien so unter anderem dafür zuständig, die Endprodukte verschiedener körpereigener Stoffwechselprozesse auszuschcheiden, ergänzt Braun.

Wenn die Nieren versagen, habe das Auswirkungen auf den ganzen Organismus. „Gerade weil beginnende Nierenschädigungen kaum Symptome mit sich bringen, werden Erkrankungen der Nieren häufig zu spät bemerkt“, weiß Braun aus seiner täglichen Arbeit mit nierenkranken Menschen. Deshalb sei es wichtig, Risikofaktoren für die Nieren zu kennen und deren Ursachen direkt zu behandeln. Schon eine gesunde Ernährung, ausreichend Bewegung, das Vermeiden von Übergewicht sowie der Verzicht auf Alkohol und Nikotin würden der Gesundheit der Nieren helfen, erläutert Braun. Und ein einfacher Urintest beim Hausarzt könne frühzeitige Hinweise auf beginnende Nierenerkrankungen geben. „Gesunde Nieren sind wahre Multitalente“, so das Fazit des Coburger Nephrologen.

#### **Was unsere Nieren leisten**

Die Nieren ...

- filtern bis zu 300-mal pro Tag die gesamte Blutmenge. Insgesamt passieren so etwa 1.800 Liter täglich die Nieren. Über den Urin, den die Nieren produzieren, werden Giftstoffe und Stoffwechselabbau-Produkte ausgeschieden.

#### HERAUSGEBER

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

#### PRESSESTELLE

Ilja Stracke (Leitung)  
Telefon: 06102/359-328

Claudia Brandt (Assistenz)  
Telefon: 06102/359-464

presse@kfh.de  
www.kfh.de

- regulieren über die Menge der ausgeschiedenen Flüssigkeit auch den Blutdruck: Sie halten entweder Wasser zurück oder scheiden es vermehrt über den Urin aus. Wenn Wasser zurückgehalten wird, erhöht sich die Flüssigkeitsmenge in den Blutgefäßen – der Blutdruck steigt. Die Nieren bilden außerdem das hormonähnliche Eiweiß Renin, das ebenfalls einen Anstieg des Blutdrucks bewirkt.
- regulieren durch die Menge der ausgeschiedenen Flüssigkeit den Elektrolyt-haushalt und haben damit Einfluss auf die Konzentration von zum Beispiel Natrium und Kalium im Blut.
- scheiden Säure aus und halten so den pH-Wert im Körper möglichst konstant.
- können Glukose produzieren und ins Blut abgeben, wenn der Blutzucker-spiegel zu niedrig ist.
- bilden das Hormon Erythropoietin (EPO), das das Knochenmark zur Bildung roter Blutkörperchen anregt. Damit haben sie auch Einfluss auf den Sauerstoffgehalt im Blut.
- aktivieren das durch die Nahrung aufgenommene oder durch die Sonne in der Haut gebildete Vitamin D und machen es damit für die Knochenbildung und -stabilisierung verfügbar.

Nützliche Informationen rund um die Nieren finden Interessierte auch auf [www.nierenwissen.de](http://www.nierenwissen.de) sowie in den KfH-Patientenratgebern, die auf [www.kfh.de/infomaterial/patientenratgeber](http://www.kfh.de/infomaterial/patientenratgeber) zum Download zur Verfügung stehen oder über [info@kfh.de](mailto:info@kfh.de) bestellt werden können.

#### **[Grafik-Link: Multitalent Niere](#)**

##### **Bildunterschrift:**

Multitalent Niere: Wichtige Fakten rund um das unterschätzte Organ. Grafik: KfH.

#### **[Fotolink: Priv.-Doz. Dr. med. Gerald Braun](#)**

##### **Bildunterschrift:**

Anlässlich des Weltnierentages am 14. März weist der Coburger Nephrologe Priv.-Doz. Dr. med. Gerald Braun auf die Bedeutung der Nieren hin. Foto: KfH.

Im KfH-Nierenzentrum Coburg ([www.kfh.de/coburg](http://www.kfh.de/coburg)) werden Patientinnen und Patienten umfassend nephrologisch behandelt: In der Sprechstunde steht die Vorsorge und Früherkennung chronischer Nieren- und Folgeerkrankungen sowie die Nachsorge bei Nierentransplantation an erster Stelle. Das Zentrum führt alle gängigen Dialyseverfahren durch – mit besonderem Schwerpunkt auf der Bauchfelldialyse. Mit dem Regiomed Klinikum Coburg besteht eine direkte und enge Kooperation, die es ermöglicht, erforderliche ambulante und stationäre Maßnahmen optimal aufeinander abzustimmen. Patientinnen und Patienten in stationärer Behandlung des Klinikums Coburg werden in diesem Rahmen durch das nephrologische pflegerisch-ärztliche Team mitbetreut. Auf diese Weise besteht ein vollständiges sektorübergreifendes Versorgungsnetzwerk für Nierenkranke rund um die Uhr.

Das gemeinnützige KfH Kuratorium für Dialyse und Nierentransplantation e.V. – Träger des KfH-Nierenzentrums Coburg – wurde 1969 gegründet und schuf damals die notwendigen Voraussetzungen, um schrittweise eine flächendeckende Dialysebehandlung in Deutschland zu etablieren. Heute steht das KfH für eine umfassende und qualitativ hochwertige Versorgung nierenkranker Patientinnen und Patienten. In mehr als 200 KfH-Zentren werden rund 18.000 Dialysepatientinnen und -patienten sowie aktuell mehr als 73.000 Sprechstundenpatientinnen und -patienten umfassend behandelt.