

## Nierenerkrankungen > Symptome - Ursachen - Behandlung

Quellen:

<https://register.awmf.org/de/leitlinien/detail/053-048> (Stand 2019, in Überarbeitung)  
<https://register.awmf.org/de/leitlinien/detail/115-001> (Stand 2021, gültig bis 2026)  
<https://www.bundesverband-niere.de/informationen/chronische-nierenerkrankungen>  
<https://www.gesundheitsinformation.de/chronische-nierenerkrankung.html>  
<https://www.msdmanuals.com/de-de/heim/nieren-und-harnwegserkrankungen/niereninsuffizienz/chronische-nierenerkrankung>

### Das Wichtigste in Kürze

Nieren sind lebenswichtige Organe, die verschiedene wichtige Körperfunktionen (z.B. Reinigung des Blutes, Regulation des Wasserhaushalts) beeinflussen. Bestimmte Erkrankungen (z.B. Nierensteine) können dazu führen, dass die Nieren kurzzeitig nicht so gut funktionieren. Wenn die Nierenfunktion, z.B. durch Bluthochdruck oder Diabetes, länger als 3 Monate eingeschränkt ist, wird von einer chronischen Nierenerkrankung gesprochen.

### Ursachen

Die Niere ist ein stark durchblutetes Organ und besteht aus etwa einer Millionen sog. Nephronen mit feinsten Blutgefäßen. Sie hat viele Funktionen, z.B.:

- Flüssigkeit und Elektrolyte im Körper regulieren
- Produktion von Hormonen, die den Blutdruck einstellen und rote Blutkörperchen bilden
- Entfernung von Schadstoffen aus dem Blut und Ausscheiden dieser Schadstoffe über den Urin

Wenn die Niere zu wenig Leistung bringt, ist das lebensbedrohlich. Plötzliches Nierenversagen ist selten, meist nimmt die Funktion nach und nach über Monate oder Jahre ab.

Chronische Nierenerkrankungen können verschiedenste Ursachen haben, z.B.: [Diabetes](#), Nierenentzündungen, jahrelangen Bluthochdruck, angeborene Fehlbildungen (Zystennieren), Immunerkrankungen, Urinabflusstörungen, Medikamente, Umweltgifte, Drogenmissbrauch.

### Wo finde ich weitere Informationen zu Nierenerkrankungen?

Informationen über Nieren und Nierenerkrankungen finden Sie z.B.

- beim **Bundesverband Niere e.V.** unter [> Informationen](http://www.bundesverband-niere.de).
- bei der **Deutschen Nierenstiftung** unter [> Für Betroffene](http://www.nierenstiftung.de).
- beim **unabhängigen Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG)** unter [> Themengebiete > C > Chronische Nierenkrankheit](http://www.gesundheitsinformation.de).

## Symptome

Zu Beginn macht das Nachlassen der Nierenfunktion keine Beschwerden, sodass Nierenerkrankungen oft erst spät erkannt werden. Häufig wird eine chronische Nierenerkrankung erst erkannt, wenn Folgeerkrankungen auftreten oder es zu einem Nierenversagen kommt. Symptome sind dann z.B.:

- Ödeme (Schwellungen z.B. an den Beinen)
- Appetitlosigkeit, Übelkeit, Erbrechen, Durchfall
- Juckreiz
- Blutarmut, Müdigkeit, Verwirrtheit
- Muskelkrämpfe, Lähmungen
- Knochen- und Muskelschmerzen
- geringe Urinmenge, manchmal schäumt der Urin oder bekommt eine rote Farbe

Je länger eine chronische Nierenerkrankung nicht erkannt und behandelt wird, desto mehr werden auch andere Organe und Organsysteme (z.B. Herz-Kreislauf-System, Magen-Darmtrakt, Hormonsystem) geschädigt. Im Endstadium der Nierenerkrankung können Symptome wie Benommenheit, Luftnot, Krämpfe oder Koma auftreten.

## Vorbeugung

Ein gesunder Lebensstil mit ausreichend Bewegung und ausgewogener Ernährung beugt [Diabetes](#) und Bluthochdruck vor und damit auch einer chronischen Nierenerkrankung. Menschen, die bereits an Diabetes oder Bluthochdruck leiden, sollten darauf achten, dass ihr Blutzucker und/oder der Bluthochdruck (ggf. mit Medikamenten) gut eingestellt wird.

Vorbeugend wirken zudem der Verzicht auf Alkohol und [Rauchen](#) sowie das Vermeiden von Übergewicht. Verordnete Medikamente sollten den ärztlichen Angaben entsprechend zuverlässig eingenommen werden.

## Diagnose

Bei Verdacht auf eine Funktionseinschränkung der Niere oder im Rahmen von Vorsorgeuntersuchungen (siehe [Früherkennung von Krankheiten](#)) können folgende Tests durchgeführt werden:

- Blutuntersuchung: Feststellung der Kreatinin-, Blutzucker- und Hämoglobin-Werte
- Urinuntersuchung: Messung des Eiweißgehalts

Anhand dieser Werte, einer körperlichen Untersuchung (z.B. Blutdruckmessung), einer Ultraschalluntersuchung der Nieren und einem ausführlichen ärztlichen Gespräch kann die Funktionsfähigkeit der Niere eingeschätzt werden.

Je nach Funktionseinschränkung wird die Nierenerkrankung in fünf Schweregrade eingeteilt. Ausführliche Informationen dazu bietet der Nierenrechner der Selbsthilfeorganisation PKD Familiäre Zystennieren e.V. unter <https://nierenrechner.de > Nierenfunktion > Stadien>.

## Behandlung

Wird eine Funktionseinschränkung der Niere festgestellt, sollten Betroffene einen Nephrologen (auf Nierenerkrankungen spezialisierten Arzt) aufsuchen. Ziel der Behandlung ist, das Voranschreiten der Nierenerkrankung zu verhindern oder zu verlangsamen. Dafür ist es wichtig, alle Begleiterkrankungen rechtzeitig und bestmöglich zu behandeln.

### Dialyse

Wenn die Nieren nicht mehr ausreichend arbeiten, wird eine Dialyse durchgeführt, welche die Nierenfunktion ersetzt.

Es gibt verschiedene Dialyseverfahren. Die beiden wichtigsten sind:

- Hämodialyse: über einen Gefäßzugang wird Blut in ein Dialysegerät geleitet, dort gereinigt und kommt dann wieder zurück in den Körper
- Peritonealdialyse (Bauchfelldialyse): die Dialyse findet im eigenen Körper statt, als Filter wird das Bauchfell genutzt

Ausführliche Informationen bietet das unabhängige Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG) unter [<www.gesundheitsinformation.de>](http://www.gesundheitsinformation.de) > Themengebiete > D > Dialyse.

Spezielle Informationen zum Leben mit Dialyse unter:

- [Dialyse > Arbeit](#)
- [Dialyse > Sport](#)
- [Dialyse > Urlaub](#)

### Nierentransplantation

Eine Dialyse schränkt das Leben der Betroffenen in der Regel stark ein und vermindert zudem die Lebenserwartung. Eine Nierentransplantation kann Betroffenen wieder ein Leben ohne Dialyse ermöglichen, Näheres unter [Transplantation](#).

## Ernährung

Bei Nierenerkrankungen gibt es keine allgemein gültigen Ernährungsempfehlungen. Je nach Begleiterkrankungen, Art der Funktionsstörung, Dialyseplicht bzw. nach einer Nierentransplantation gibt es unterschiedliche Empfehlungen. Die Ernährung sollte mit behandelnden Ärzten und/oder Ernährungsberatern besprochen werden.

Die Deutsche Nierenstiftung bietet die Informationsbroschüre "Ernährung bei Nierenerkrankungen" zum kostenlosen Download unter [<www.nierenstiftung.de>](http://www.nierenstiftung.de) > Für Betroffene > Niere A-Z > Ernährung bei Nierenerkrankungen.

Menschen mit einer Nierenerkrankung und geringem Einkommen bekommen bei Sozialhilfe oder Bürgergeld unter bestimmten Voraussetzungen einen Mehrbedarf bei kostenaufwändiger Ernährung. Näheres unter [Mehrbedarf bei kostenaufwändiger Ernährung - Krankenkostzulage](#).

## Pflegebedürftigkeit

Fortgeschrittene Nierenerkrankungen und schwere Begleiterkrankungen können dazu führen, dass Betroffene aufgrund ihrer gesundheitlich bedingten Einschränkungen die Hilfe Anderer benötigen. Um Leistungen der Pflegeversicherung zu erhalten, muss die [Pflegebedürftigkeit](#) von der [Pflegekasse](#) festgestellt werden.

Näheres zu Leistungen, Regelungen und Hilfen bei Pflegebedürftigkeit unter [Pflegeleistungen](#).

Unter bestimmten Voraussetzungen kann die Pflegekasse auch Umbauten und Ergänzungen in der Wohnung bezuschussen, die die Pflege erleichtern, eine selbstständigere Lebensführung ermöglichen oder die Aufnahme in ein Pflegeheim verhindern oder hinauszögern, z.B. Badumbau, Treppenlift. Näheres unter [Wohnumfeldverbesserung](#).

## Verwandte Links

[Nierenerkrankungen](#)

[Nierenerkrankungen > Autofahren](#)

[Nierenerkrankungen > Finanzielle Hilfen](#)

[Nierenerkrankungen > Kinder und Jugendliche](#)

[Nierenerkrankungen > Medizinische und berufliche Rehabilitation](#)

[Nierenerkrankungen > Rente](#)

[Nierenerkrankungen > Schwerbehinderung](#)

[Nierenerkrankungen > Sexualität](#)

[Transplantation](#)