„Wie schütze ich meine Nieren, Herr Doktor?“

Die Tür zu meinem Sprechzimmer öffnet sich. Ein etwa 70 jähriger Mann kommt herein. Zum ersten Mal ist er bei mir. Er hält einen Laborausdruck in der Hand, legt ihn vor mir auf den Tisch und fängt direkt an zu erzählen. „Mein Arzt hat gesagt, dass meine Nieren kaputt sind. Hier soll das irgendwo drinstehen. Stimmt das? Was kann ich tun? Damit das klar ist: An die Dialyse gehe ich nicht.“ Das Wesentliche ist damit raus. Der ältere Herr wirkt entschlossen, doch ich spüre deutlich seine Angst. Ich nehme mir den Laborzettel vor. Tatsächlich: Alle Nierenwerte zeigen Bedenkliches. Das Kreatinin – als indirektes Maß für die Filterleistung der Nieren – und vor allem die sogenannte „Glomeruläre Filtrationsrate“ (GFR) liegen deutlich unter dem Altersdurchschnitt.
Der Zahn der Zeit. Doch er beißt härter zu, wenn bestimmte Risikofaktoren hinzukommen. Zusätzlich ist der Harnstoffwert erhöht. Auch er zeigt, was mit den Nieren los ist. „Der Kollege hat Recht. Ihre Nieren haben einen Schlag abbekommen“, sage ich vorsichtig. „Was für Medikamente nehmen Sie denn täglich ein?“, möchte ich wissen.

Schmerzmittel greifen die Nieren und den Magen an

„Ich nehme Mittel gegen Bluthochdruck, gegen zu hohe Cholesterinwerte und meinen Diabetes ein. Alles Tabletten.“ Jetzt ist klar: Bluthochdruck, Cholesterin, Diabetes – ein gefährliches Dreigestirn für kaputte Nieren. Doch ist das schon alles? Mir kommt ein Verdacht. Denn beim Blick auf seine Medikamentenliste, seine Blutdruck- und Laborwerte habe ich den Eindruck, dass das Meiste eigentlich gut eingestellt ist. „Haben Sie Schmerzen? Sie sind etwas gehumpelt, als Sie eben hereingekommen sind.“ Er nickt. „Natürlich. In beiden Hüften und Knien. Seit zehn Jahren. Mit Ibuprofen geht es ganz gut. Dreimal 400 Milligramm. Stimmt, habe ich gar nicht erwähnt. Aber, das gibt es ja ohne Rezept. Ich hole mir das immer in der Apotheke.“ Ein trauriger Volltreffer. Das höre ich von sehr vielen Patienten. Sie nehmen jeden Tag Schmerzmittel zu sich, die auf keinem Rezept stehen. Die Schmerzlinderung funktioniert auch meistens wunderbar, doch die Medikamente greifen Magen und Nieren an.
„Das müssen wir als erstes ändern“, sage ich. „Jeden Tag starke Schmerzmittel, seit zehn Jahren, das haut die stärksten Nieren um. Ich gebe ihnen ein Schmerzmittel, das die Nieren schont. Einverstanden?“ Mein Patient blickt mich erwartungsvoll an. „Und wie bekomme ich die?“, möchte er wissen. „Nur auf Rezept. Die Stoffe sind mit Morphium verwandt. Aber, keine Angst: Richtig dosiert, wirken sie sehr gut. Ich muss ihnen jedoch zu Beginn etwas gegen eine mögliche Übelkeit und Verstopfung zusätzlich geben. Meistens verschwinden die Beschwerden nach ein, zwei Wochen wieder. Auch sollten Sie 14 Tage kein Auto fahren, bis wir wissen, dass Sie die Präparate gut vertragen.“ Ich schreibe ein Rezept. Nach vier Wochen sehe ich meinen Patienten wieder. Seine Schmerzen sind besser als vorher. Ich lasse ihm Blut abnehmen. Am nächsten Tag sind die Ergebnisse da: Es geht bergauf mit seinen Nieren. Ich bin erleichtert.

Dr. med. Dierk Heimann
Er ist seit 20 Jahren Arzt und hat sich unter anderem auf Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Vorbeugungs-, Ernährungs- und Naturmedizin spezialisiert.
www.ihr-hausarzt-in-mainz.de

TEXT: **DR. MED. DIERK HEIMANN** FOTO: **CHRISTOF MATTES FÜR TV HÖREN UND SEHEN**

Stark gegen
Nagelpilz

Ciclopoli
Der einzige wasserlösliche Anti-Pilz-Lack

- einfach und bequem anzuwenden
- kein Feilen, kein Nagellackentferner
- dringt rasch in den Nagel ein
- beschleunigt das Nagelwachstum
- praktisch unsichtbar

www.nagelpilz-weg.de

rezeptfrei in Ihrer Apotheke

Ciclopoli® gegen Nagelpilz
Wirkstoff: 8% Ciclopirox. Wirkstoffhaltiger Nagellack zur Anwendung ab 18 Jahren. Anwendungsgebiete: Pilzerkrankungen der Nägel, die durch Fadenpilze (Dermatophyten) und/oder andere Pilze, die mit Ciclopirox behandelt werden können, verursacht wurden. Warnhinweis: Enthält Cetylstearylalkohol, örtlich begrenzte Hautreizungen (z. B. Kontaktdermatitis) möglich. Apothekenpflichtig. Stand: Februar 2014. Taurus Pharma GmbH, Benzstr. 11, D-61352 Bad Homburg
Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.