

Belastungen

(bei chronischer Nierenerkrankung)

Patienten-Informationstag – 21. Juli 2018



Eigenverantwortung



NIEREN
TELEFON

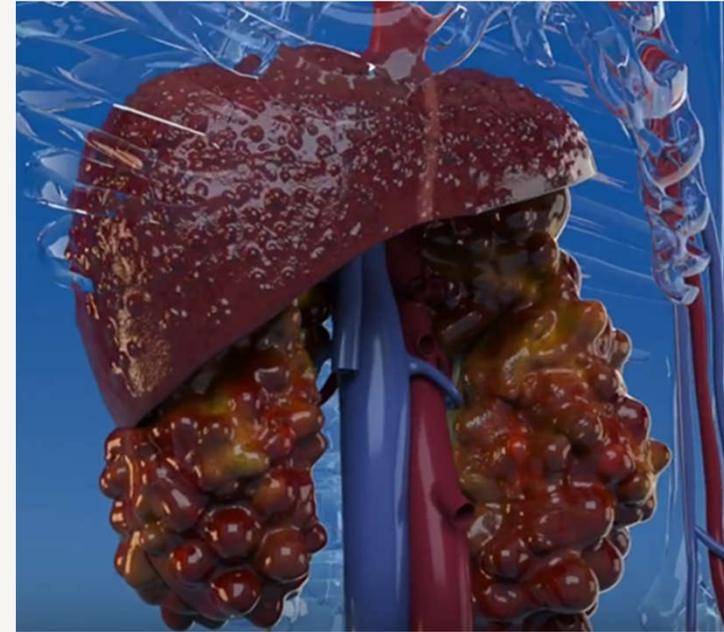
0800 2484848

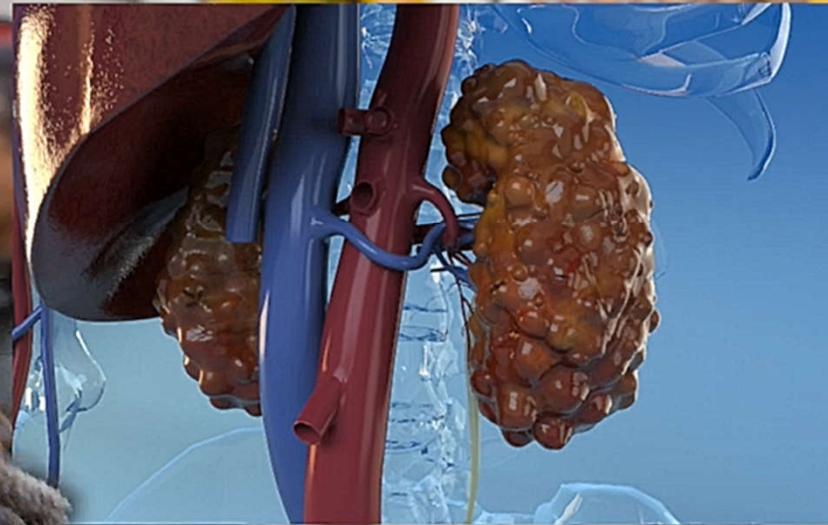
mittwochs 16.00 – 18.00 Uhr

Hochleistungsorgan Nieren

Die Nieren – Aufbau und Funktion

- Die Nieren sind Hochleistungsorgane und filtern täglich rund 1.800 Liter Blut in 24 Stunden.
- Die Nieren filtern die Schadstoffe und produzieren Urin mit dem die Schadstoffe aus dem Körper transportiert werden.





ZYSTENNIEREN

Zystennieren- Das schränkt mich in meiner Weiblichkeit ein

Videoquelle: (Dauer 01:40)

www.Youtube.de/Zystennieren

Vielfältige nichtmedizinische Belastungen (Auszüge)

Symptome der chronischen Nierenerkrankung

Müdigkeit, Juckreiz, Gefäßschäden, Schmerzen,

Körperliche Beschwerden

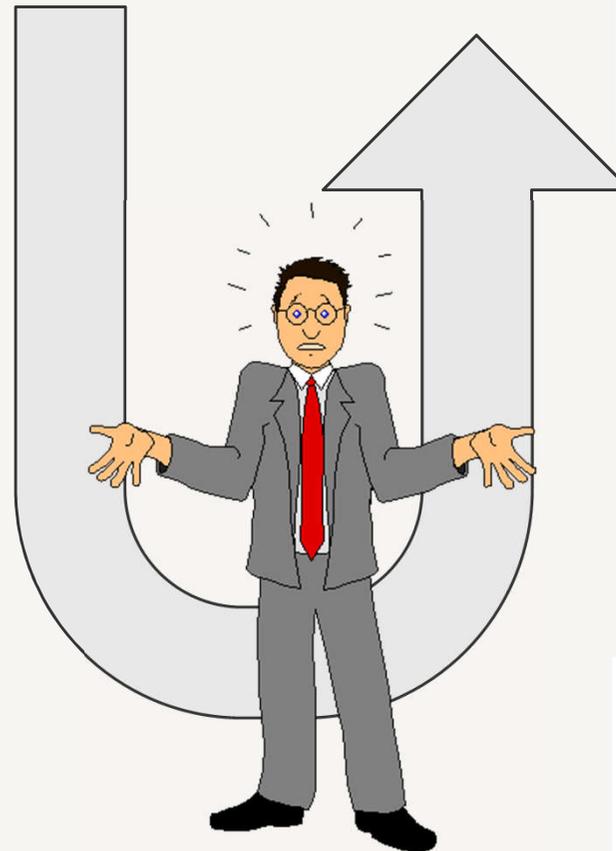
Körperbild, Schmerzen, Haut,

Körperliche Leistungsfähigkeit

Ausdauer, Kraft, ..

Psychische und seelische Belastungen

Nicht akzeptieren können, Einsamkeit, Suizidgedanken, Depressive Verstimmung



Gefühle

Schock, Verleugnung, Ungewissheit, Aggression,

Arbeitsplatz, Finanzen

Arbeitsfähigkeit, Versicherungen, Armut, ..

Zeitliche

Einschränkungen

(Arztbesuche, Therapien, ...)

Soziale Probleme

Soziale Aktivitäten, Schweb, Krankenkasse, Pflege, Umfeld,

Partnerschaft

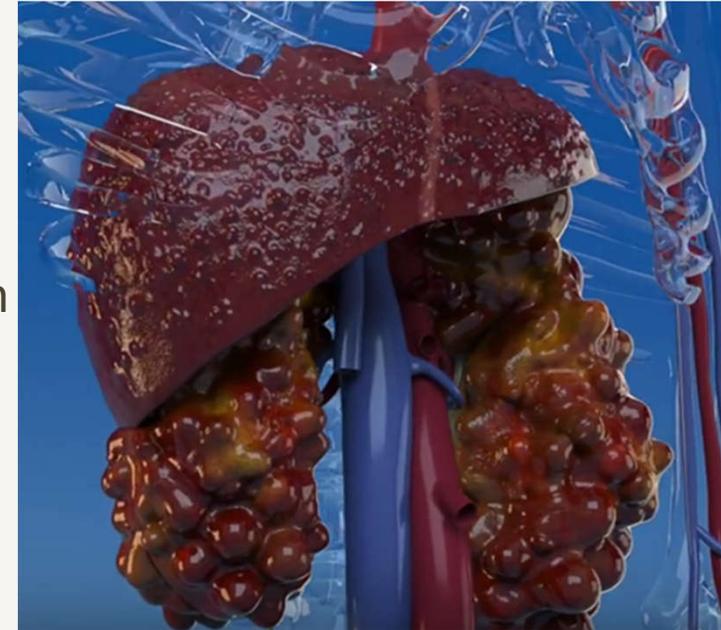
Partner finden, Vererbung, Familienplanung, Sexualität, Rollenwechsel

Quellen: Beutel 1988, Muthny 1994, Speidel 1996, Gaus et al. 1997, Balck, Scherhag,

Symptome

Ein chronisches Nierenleiden führt zu:

- Müdigkeit, Abgeschlagenheit, Juckreiz, Gefäßschäden
- Wassereinlagerung, Ödeme, Atemnot
- Kaliumvergiftung, Herzrhythmusstörungen, Urämie
- Bluthochdruck, Knochenerweichung, Osteoporose
- Anämie (Blutarmut)

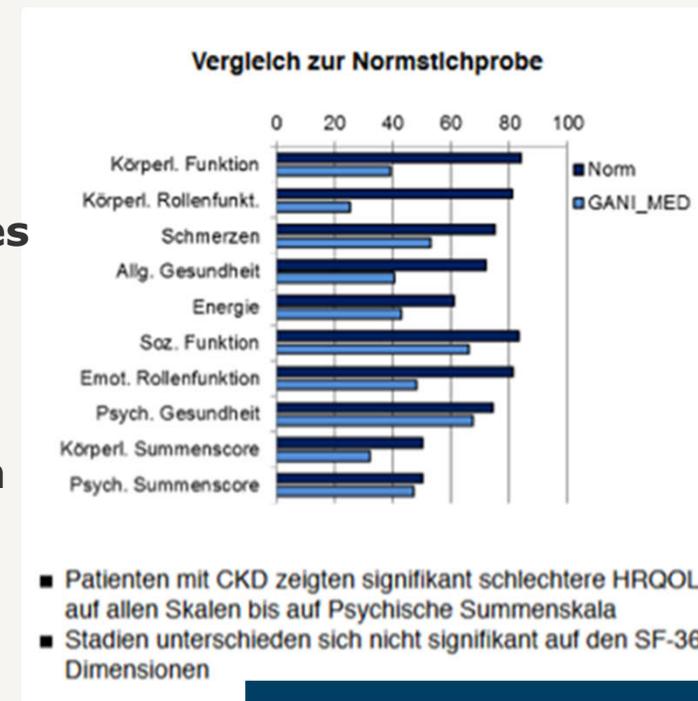


Nierenersatztherapie

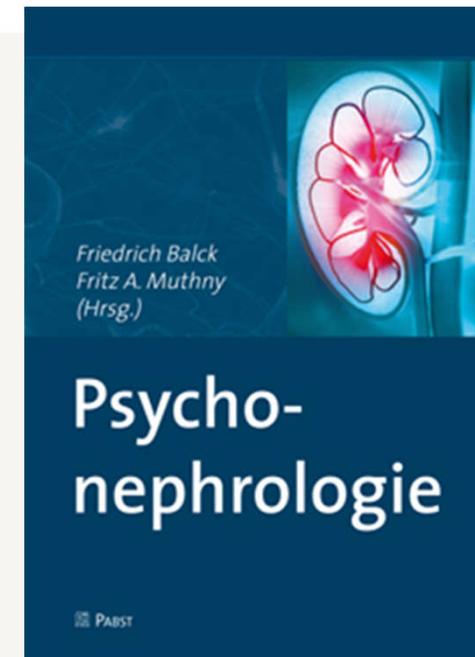
- Dialyse – jedoch nur etwa 15 % bei 3 * 4 bis 5 Stunden
- Transplantation

Erhaltung der Lebensqualität (QoL)

- Lebensqualität hat viele Aspekte haben und ist subjektiv.
- Es ist in allen Phasen eine **erhebliche Anpassungsleistung des Patienten und deren Angehörige an das Leben mit der Erkrankung notwendig** (Breukner & Muthny, 2006).
- Die typischen Belastungen, Reaktionen und notwendige Anpassungsleistungen chronisch niereninsuffizienter Patienten im Verlauf von Erkrankung und Behandlung sind in der Literatur vielfältig beschrieben (siehe auch Balck, 2010).



- Studien zufolge gelten ca. 50% der Dialysepatienten, die auf Wartelisten zur Transplantation stehen, als belastet (Franke, 2004). Bekannt ist, dass der Anteil **depressiver und/ oder Angst-Patienten bei chronischen Erkrankungen** insgesamt signifikant höher als in der Allgemeinbevölkerung.
- Eine chronische Nierenerkrankung löst **hohe psychische Anforderungen** aus: an PatientInnen, an nahe Angehörige, an Pflegende, an Therapeutinnen.



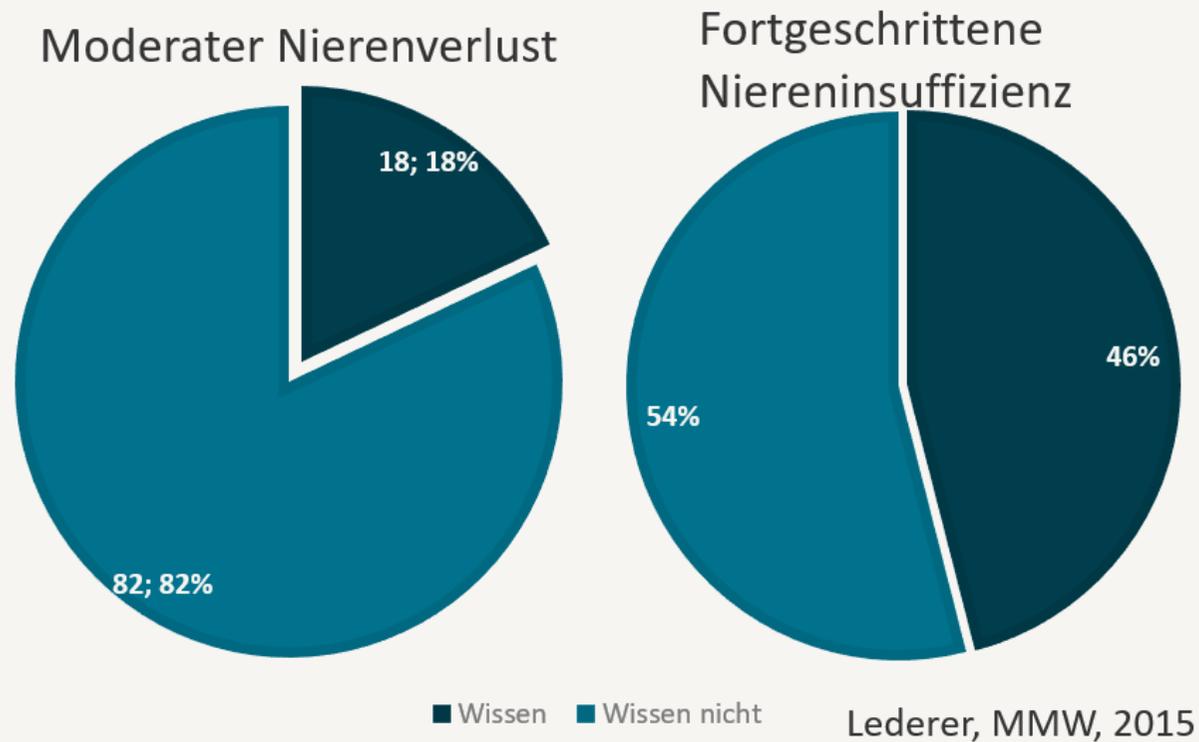
Einfluss Faktoren der Lebensqualität



Eigenverantwortung für mein Leben (und meine Nieren)

- Die Diagnose einer chronischen Nierenerkrankung erfordert von den Betroffenen ein hohes Maß an Umdenken.
- Ergibt sich beim so genannten **Gesunden** das körperliche Wohlbefinden
→ fast „wie von selbst“,
muss ein **Nierenkranker** auf
→ besondere Regeln der Lebensführung achten.
- **Annahme** meiner Erkrankung, bedeutet bessere Krankheitsbewältigung
- **Dankbarkeit** für jeden neuen Tag (heute geht es mir gut)
- Information über meine Erkrankung, welche Möglichkeiten gibt es für mich.
- Austausch mit anderen Betroffenen

Informationen über meine Erkrankung



Geringes Wissen \approx Geringe Therapietreue

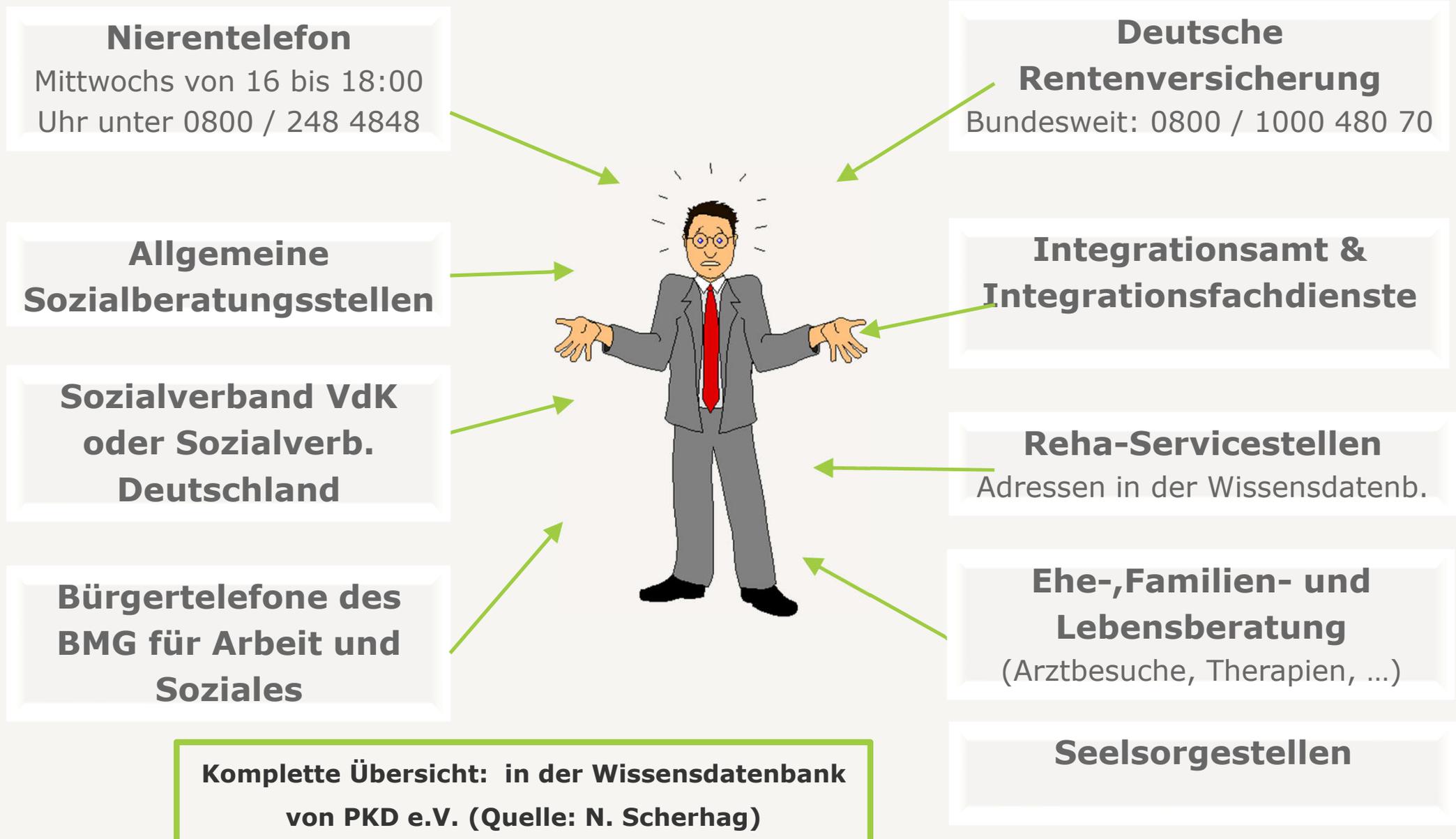
- Meinen Arzt fragen
- Andere Betroffenen/Selbsthilfegruppen fragen
- Informationsmaterialien besorgen

Soziale Beziehungen

- Schämen sie sich nicht, klären Sie die Menschen, die Ihnen sehr wichtig sind über die Probleme, die ihre Krankheit mit sich bringt auf. Dann können Sie Ihr Verhalten besser verstehen und positiv zugewandt mit Ihnen umgehen.
- Kapseln Sie sich zu sehr ab. Versuchen Sie zumindest einem Hobby weiter nach zu gehen!
- Schauen Sie nicht zu sehr auf das was nicht mehr geht, sondern freuen Sie sich über all das, was noch geht!

Menschen mit befriedigenden sozialen Beziehungen sind gesünder, reagieren resistenter gegenüber Stress, erkranken seltener und zeigen einen besseren Krankheitsverlauf !

Informations- und Beratungsmöglichkeiten



Selbsthilfegruppen und Patientenbegleiter

Selbsthilfegruppen,
Gesprächspartner zur Niere
finden Sie Bundesweit



„PatientenBegleiter – ist ein **Selbsthilfeprojekt, bei dem sich chronisch Nierenkranke ehrenamtlich und unentgeltlich für ihre Mitpatienten zur Verfügung stellen.**

(Med. Grundwissen, Kommunikation, Sozialrecht, Krankheitsverarbeitung, ...)

Nierentelefon – mittwochs von 16:00 Uhr bis 18:00 Uhr

**Fachkompetenz
unserer Experten**

0800 2484848
mittwochs 16.00 – 18.00 Uhr

zu medizinischen Fragen

- Nierenerkrankungen
- Prävention / Früherkennung
- Risiken für die Nieren
- Behandlungsoptionen
 - Hämodialyse
 - Peritonealdialyse
 - Nierentransplantation
 - Heimdialyseverfahren
- Dialysebehandlung
- Feriendialyse
- Organspende / Lebendspende

zu sozialen Fragen

- Schwerbehindertenausweis
- Krankenkasse (z.B. Fahrtkosten / Zuzahlungen)
- Berufsleben (Unterstützung und Entlastung)
- Sozialhilfe, Grundsicherung, Hartz IV
- Rehabilitation
- Pflegeversicherung
- Selbsthilfe
- Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht

**NIEREN
TELEFON**

0800 2484848

gebührenfreie
Informationen
„rund um die Niere“

Experten für
medizinische und
soziale Fragen

mittwochs 16.00 – 18.00 Uhr

BUNDESVERBAND NIERE E.V. Verband Deutsche Nierenzentren e.V.

Rehabilitation, Sport und Bewegung

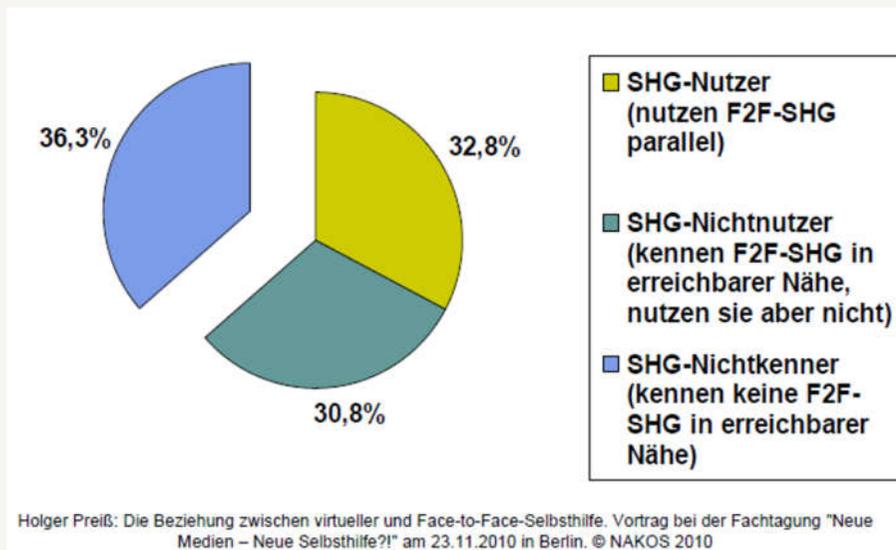
- Jegliche Form von Bewegung ist gut für Körper, Geist und Seele
- Die Krankenkassen übernehmen für einen gewissen Zeitraum die Kosten für Reha-Sport der in vielen Sportvereinen angeboten wird.
- Anspruch auf Rehabilitation in geeigneten Reha-Zentren (Beratung durch das jeweilige Nierenzentrum)
- Spezielle Kliniken für Transplantierte
 - Verbesserung Rahmenbedingungen, Nierenschutz, Verhaltensregeln, Austausch mit Anderen, Schulungen,

Ehe-,Familien- und Lebensberatung

- Für die Psychologen empfehlen wir Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstellen zur Krisenintervention
- Seelsorger
- Nach Transplantation auch die Psychosomatik des Transplantationszentrums.
- Ansonsten hilft am besten Mund-zu-Mund-Propaganda. (Regionalgruppe, Facebook, ...)

Digitale Selbsthilfe

- YouTube-Kanäle, z.B. www.YouTube.de/Zystennieren
- Facebook-Gruppen, z.B. Nierenkrank, Nierentransplantation
- Foren, z.B. Dialyse-Online
- Foren und interne Seiten von Patientenorganisationen, z.B. www.pkdintern.de



Dateiablage 'Verein'

Startseite

38 Lebendspende

A-Allgemeines-und-Verein

A-Vereinsunterlagen

A_PKD-Infoblätter-Broschüre

B-Erkrankung

C-Dialyse

D-Organ spende-und-Transplar

E-Praevention-und-Selbsthilfe

F-Medizin-Wissenschaft-Forscht

G-Soziales

H-Kinder

I-Familie

Infoblätter

P-Gemeinsam-gegen-PKD #Bu

V-Vortaege-Veroeffentlichung

Startseite

Aktualisieren Wiki-Seite bearbeiten Dateliste bearbeiten Q Dateien/Inhalte suchen PDF erstellen

Wissensdatenbank im Mitgliederbereich

Mitglieder haben über diese Seiten exklusiven Zugriff auf Detailinformationen. Sortiert sind nach Rubriken:

- Infoblätter (Übersicht) und Broschüren, [mehr lesen](#)
- Dialyse (Infoblätter, Shuntchirurgie, ...), [mehr lesen](#)
- Transplantation und Lebendspende, [mehr lesen](#)
- Ernährung, [mehr lesen](#)
- Schmerzen, [mehr lesen](#)
- Kinder, [mehr lesen](#)
- Familie, [mehr lesen](#)
- Soziales, [mehr lesen](#)
- Prävention und Selbsthilfe, [mehr lesen](#)
- Vereinsinformationen (Mitgliederversammlungen und rezionale Ansorechoartner), [mehr lesen](#)

Organspende

Ich entscheide mich!



**INFOTELEFON
ORGANSPENDE
0800 - 90 40 400**