

## "Das geht an die Nieren" Nierenparcour

**WAZ** Essen, 12.09.2007, Von Andrea Kleemann

**Die Zahl der Erkrankungen an den lebenswichtigen Organen steigt ständig. Oft bleiben sie lange unentdeckt, denn sie bereiten keine Schmerzen. Die VHS lädt am 19. September zu einem Präventionstag**

Sie schleichen sich heran und bleiben oft über Jahre unerkant. Um die Problematik von Nierenerkrankungen stärker in das Bewusstsein der Öffentlichkeit zu rücken, gibt es am kommenden Mittwoch, 19. September, von 13 bis 18 Uhr, einen "Nierenparcour" in der Volkshochschule. Der Präventionstag von Universitäts-Klinik, Elisabeth-Krankenhaus und VHS findet im Rahmen der neunten bundesweite Nierenwoche der Deutschen Nierenstiftung unter dem Motto "Ich schütze meine Nieren" statt.

Die Zahl der Nierenerkrankungen nimmt rapide zu. Deutschlandweit gibt es rund 86 000 Nierenkranke, in Essen sind etwa 600 Menschen betroffen. "Das Problem ist, dass die Erkrankungen meist zu spät erkannt werden, da sie überwiegend schmerzfrei verlaufen", erklärt Professor Andreas Kribben, Direktor der Klinik für Nieren- und Hochdruckkrankheiten der Uni-Klinik. "Dabei können wir die Erkrankungen durch einfache Tests frühzeitig erkennen und durch entsprechende Behandlung hinauszögern."

Die Nieren sind lebenswichtige Organe und die Gesundheitspolizei in unserem Körper. Täglich filtern sie rund 200 Liter Blut und befreien es von Abfallstoffen. Zudem regulieren sie den Wasserhaushalt des Körpers, den Blutdruck und die Blutbildung. Mit zunehmendem Alter lässt die Funktion der bohnenförmigen Organe nach. Doch Nierenleiden sind auch die Folge der "Volkskrankheiten" Diabetes und Bluthochdruck.

Mit dem "Nierenparcour" soll die Öffentlichkeit für die Problematik sensibilisiert werden. "Im vergangenen Jahr haben etwa 200 Besucher den kostenlosen Check genutzt, und ein Drittel haben wir zur Behandlung zum Arzt schicken müssen", so Privatdozent Dr. Anton Daul, Leiter der Abteilung für Nephrologie am Elisabeth-Krankenhaus.

In einem Pavillon an der Kettwiger Straße liegt Informationsmaterial bereit, und Plakate weisen auf die Aktion in der VHS hin. Dort können sich Interessierte einem kostenlosen und schmerzfreien Check-Up unterziehen, Blutdruck-, Blut- und Urinuntersuchungen durchführen lassen. Bei Auffälligkeiten sind auch Ultraschall und Fitnessstest möglich. Da Bewegung bei der Therapie eine große Rolle spielt, können Interessierte zudem auf dem Burgplatz erste Grundtechniken im Nordic-Walking erlernen. "Leichter Desinfektionsgeruch liegt sicher in der Luft, aber die Schwelle zur Untersuchung ist sicher nicht so groß wie bei einem Arztbesuch", meint Dr. Elke Timm, Fachbereichsleiterin Gesundheit an der VHS.

Zum zweiten Mal gibt es auch in Essen eine Aktion im Rahmen der bundesweiten Nierenwoche. Ein "Nierenparcour" soll Interessierte in die Volkshochschule locken. Zum Auftakt gibt es am Mittwoch, 19. September, 13 Uhr, einen Vortrag über die Problematik dieser Erkrankungen. Der Eintritt ist frei.