

Kann Nierenleiden den Blutdruck beeinflussen?

? Susanne S. (54): „Kann eine chronische Nierenerkrankung wirklich der Grund für meinen Bluthochdruck sein? Gibt es eine Möglichkeit selbst was dagegen zu tun?“

Q Ja, eine chronische Nierenerkrankung kann tatsächlich Bluthochdruck verursachen und ist eine häufige Ursache für schwer einstellbaren Blutdruck. Die Nieren regulieren den Flüssigkeitshaushalt und den Salzgehalt im Körper, außerdem setzen sie Hormone frei, die den Blutdruck beeinflussen. Sie sind somit neben dem Herz, dem Gehirn und den großen arteriellen Gefäßen die wichtigsten Regulatoren des Blutdrucks. Wenn die Nierenfunktion chronisch eingeschränkt ist, kann es zu einer erhöhten Flüssigkeits- und Salzansammlung kommen, was den Blutdruck steigen lässt. Diese Veränderungen spürt man



Regelmäßiges Messen der Werte ist unerlässlich

in der Regel nicht, jedoch lässt sich die Nierenfunktion in routinemäßigen Laborkontrollen von Blut und Harn bestimmen.

Generell gibt es einige Maßnahmen, um den Blutdruck bei chronischer Nierenerkrankung positiv zu beeinflussen: Salzarme Ernährung entlastet die Nieren und senkt den Blutdruck. Weiters ist gesunde, ausgewogene Ernährung mit viel frischem Gemüse, Obst und Vollkornprodukten sinnvoll – sofern keine Einschränkung bezüglich Kaliumzufuhr erforderlich

ist. Außerdem hilft ausreichende, aber maßvolle Flüssigkeitszufuhr den Nieren, optimal zu arbeiten.

Neben dem Blutdruck müssen Blutzucker- und Cholesterinspiegel sowie andere Herz-Kreislauf-Risikofaktoren im Blick behalten werden, da Diabetes, hohe Cholesterinwerte und Herzerkrankungen die Nie-



Krone Gesund Experten **ANTWORTEN**

Redaktion: Karin Rohrer-Schausberger

ren ebenfalls belasten. Die Einnahme von Schmerzmitteln wie Ibuprofen oder Diclofenac sollte möglichst vermieden werden, da sie die Nieren weiter schädigen können.

Insgesamt erhöht eine chronische Nierenerkrankung den Blutdruck, umgekehrt schädigt Bluthochdruck die Niere, wodurch ein Teufelskreis entsteht. Regelmäßige ärztliche Kontrollen sind entscheidend, um das Fortschreiten der Nierenerkrankung zu verzögern und die bestmögliche Behandlung sicherzustellen.

Foto: rdnzl - stock.adobe.com



OA Priv.-Doz. DDr. Gernot Pichler, MSc
Oberarzt Kardiologie an der Klinik Floridsdorf
und Wahlarzt in Wien, www.kardiologe-pichler.at,
ordination@kardiologe-pichler.at

Was tun bei ständigem Halsweh?

? Thomas K. (43): „Ich leide ständig unter Halsschmerzen. Meine Ärztin sagt es steckt eine Angina dahinter. Es fühlt sich an, als hätte ich fast jeden Monat eine neue Infektion. Ich habe schon verschiedene Antibiotika ausprobiert, aber die Erleichterung ist immer nur vorübergehend. Was kann ich tun?“

Q Eine genaue Untersuchung ist wichtig, um zu klären, ob die Infektionen von Bakterien oder Viren verursacht werden, da

dies den Behandlungsplan beeinflusst. Bei Menschen, die immer wieder (unter Halsschmerzen leiden, könnte eine Mandel-OP (Tonsillektomie) in Betracht gezogen werden, wenn es sich in den letzten 12 Monaten 6-mal um eine bakterielle Infektion gehandelt hat.

Wichtig ist: Nicht jede „Halsentzündung“ muss sofort operiert werden. Auch eine Antibiotikabehandlung ist nicht immer notwendig. Die Entscheidung für eine solche Opera-

tion sollte somit wohlüberlegt und in Absprache mit Ihrem behandelten Arzt getroffen werden, nachdem alle Vor- und Nachteile abgewogen wurden. Außerdem kann es helfen, das Immunsystem zu stärken, indem Sie auf gesunde Lebensweise achten, wie ausgewogene Ernährung und regelmäßige Bewegung. Dies könnte dazu beitragen, die Anzahl und Schwere der Infektionen zu verringern.



Schmerzen abklären lassen!

Foto: Nik Stock Studio - stock.adobe.com



Dr. Stefan Edlinger, HNO-Facharzt,
Medizin am Markt Ärztezentrum.
☎ 01/997 43 75;
stefan.edlinger@medammarkt.at