

Pressemitteilung

Deutsche Gesellschaft für Ernährungsmedizin e.V.



Alte Zöpfe abschneiden – ‚Verzicht-Diät‘ für Dialysepatienten nicht mehr zeitgemäß

Nierenspezialist fordert auf Fachtagung im schwäbischen Irsee Umdenken bei Ernährung von Dialysepatienten

Irsee, 4. November 2009 - Menschen, die aufgrund eines chronischen Nierenversagens auf die Dialyse angewiesen sind, leiden häufig an verschiedenen zusätzlichen Erkrankungen, wie Diabetes, Herzinsuffizienz und Bluthochdruck. Das Risiko, eine kardiovaskulären Komplikation, wie Herzinfarkt oder Schlaganfall, zu erleiden ist bei Dialysepatienten gegenüber der normalen Bevölkerung deutlich erhöht. So liegt dieses Risiko in der Gruppe der 35 bis 44-Jährigen etwa 100-fach höher als in der Allgemeinbevölkerung. Einen wichtigen Faktor für die Entwicklung dieser Gefäßkomplikationen stellt eine chronische Entzündung (Inflammation) dar. Bei Entstehung und Behandlung der chronischen Inflammation spielt die Ernährung eine besondere Rolle. „Eine klassische ‚Verzicht-Diät‘ für Patienten, die aufgrund eines Nierenversagens dauerhaft auf die Dialyse angewiesen sind, ist nicht mehr zeitgemäß,“ sagte Prof. Dr. Martin Kuhlmann, Vivantes Klinikum Berlin Friedrichshain, anlässlich einer Fachtagung der Deutschen Gesellschaft für Ernährungsmedizin (DGEM) im schwäbischen Irsee. Bislang wurde den Patienten häufig empfohlen, auf Obst und Gemüse wegen des Kaliumgehaltes ganz zu verzichten und die Eiweißzufuhr wegen der damit verbundenen Phosphatzufuhr zu reduzieren. Mit diesen Empfehlungen kann es jedoch langfristig zur Entwicklung einer Mangelernährung mit Verlust an Fett- und Muskelmasse kommen.

Mit der richtigen Ernährung kann sowohl einer Unterernährung vorgebeugt, als auch die chronische Inflammation in Schranken gehalten werden. Prof. Kuhlmann empfiehlt daher auch für Dialysepatienten eine typisch mediterrane Kostform. Der einzige Unterschied zum Nierengesunden besteht allerdings darin, dass die täglich zugeführte Menge an Obst und Gemüse in Absprache mit dem behandelnden Arzt festgelegt werden sollte, um eine exzessive Kaliumzufuhr zu vermeiden. Darüber hinaus sollte die tägliche Kochsalzaufnahme sechs Gramm möglichst nicht überschreiten, eine Empfehlung, die auch den Richtlinien der WHO für Nierengesunde entspricht. Das bedeutet, Dialysepatienten sollten hochwertige, frische Lebensmittel zu sich

Herausgeber:
DGEM e.V.
Präsident Prof. Dr.
Arved Weimann
Olivaer Platz 7
10707 Berlin
infostelle@dgem.de
Tel. 030/3198 31 5006
Fax 030/3198 31 5008
www.dgem.de
© 2009 DGEM e.V.

nehmen, einschließlich einer definierten Menge frisches Obst und Gemüse, wenig industriell aufgearbeitete und konservierte Produkte und möglichst hochwertige, ungesättigte Fette. Da die Erkrankung für einen erhöhten Kalorien- und Eiweißbedarf sorgt, ist eine ausreichende Kalorien- und Eiweißzufuhr für Dialysepatienten von besonderer Bedeutung. Im Gegensatz zu gesunden Menschen, für die eine tägliche Kalorienzufuhr zwischen 20 - 25 Kilokalorien (kcal) pro Kilogramm Körpergewicht und eine Eiweißzufuhr von 0.75 – 0.95 Gramm pro Kilogramm Körpergewicht empfohlen wird, liegen die Richtwerte für Dialysepatienten bei 30 bis 35 kcal und 1.0 – 1.2 Gramm Eiweiß pro Kilogramm Körpergewicht. Des Weiteren ist eine ausreichende Versorgung mit Vitamin C wünschenswert, da Vitamin C das Risiko einer chronischen Entzündung mindern kann.

Metabolische Kaskade wird ausgelöst

„Speziell die Ernährung ist bei Dialysepatienten ein zentraler Punkt“, sagte Prof. Kuhlmann. Durch falsche Ernährung werde eine ganze Kaskade von Nachfolgeerscheinungen ausgelöst. So steige das Risiko von zusätzlichen Erkrankungen, chronischen Entzündungen, Bluthochdruck und Herzerkrankungen. Bei unzureichender Eiweiß- und Kalorienzufuhr werde der Körper geschwächt und schnell stellen sich Müdigkeit, Abgeschlagenheit, Appetitverlust, Muskelabbau und Depressionen ein. Der Appetitverlust sorgt dann zusätzlich für eine noch geringere Energiezufuhr. Dementsprechend entwickelt sich eine Mangelernährung, die den Teufelskreis in Gang hält. „Wichtig ist deshalb, bei jedem Dialysepatienten den Ernährungszustand regelmäßig zu untersuchen und bei einer Verschlechterung frühzeitig Gegenmaßnahmen zu ergreifen“, sagte Prof. Kuhlmann. Informationen zu Erhebungsbögen und anderen Werkzeugen zur Feststellung einer Mangelernährung gibt es unter www.dgem.de. Besteht bereits eine Mangelernährung, so sollte versucht werden, diese zunächst mit der zusätzlichen Gabe von hochkalorischer und eiweißreicher Trinknahrung aufzufangen. In jedem Fall sollte eine professionelle Ernährungsberatung den Patienten bei der Zusammenstellung seiner Ernährung unterstützen.

Transplantationsfähigkeit erhalten

Da viele Dialysepatienten auf die Transplantation eines neuen Organs warten, ist ebenso die sogenannte Erhaltung der Transplantationsfähigkeit wichtig. Bei Patienten mit einem schlechten Ernährungsstatus, Mangelernährung und eventuell bereits vorhandenen Mehrfacherkrankungen steigt das Risiko, nicht transplantierfähig zu sein immens. Speziell im Fall der Transplantation mit den nachfolgenden medikamentösen Therapien zur Verhinderung einer Organabstoßung, profitiert der Körper von einem guten Ernährungsstatus.

Hintergrund:

Mangelernährung: ein unfreiwilliger, signifikanter Gewichtsverlust mit Zeichen der Krankheitsaktivität. Weitere Informationen auch unter www.dgem.de/leitlinien/I.A.pdf und <http://www.dgem.de/fragen/must.pdf>

Ansprechpartner:

Vivantes Klinikum im Friedrichshain
Prof. Dr. med. Martin K. Kuhlmann
Internist, Nephrologe, Diabetologe, Hypertensiologe DHL
Klinikdirektor Innere Medizin - Nephrologie
Landsberger Allee 49
D-10249 Berlin
Tel: +49-30-13023-1004
Martin.Kuhlmann@vivantes.de