

Kenne dein ABCDEs



A Albuminurie
(Urintest)

B Blutdruck

C Cholesterin
(Bluttest)

D Diabetes Mellitus
(Bluttest)

E Abgeschätzte Glomeruläre
Filtrationsrate (eGFR)
(Bluttest)



Starke Nieren

Kenne dein ABCDE um Herz-Kreislauferkrankungen vorzubeugen und um länger und gesünder zu leben

ABCDE ist ein Kurzwort (Akronym), das 5 Parameter benennt, die das Risiko von Herz-Kreislauf- und Nierenkrankheiten beschreiben. Dieses kann durch gezielte Behandlungen korrigiert werden, die Herz-Kreislauf- und Nierenkrankheiten vorbeugen, um dann eine höhere gesunde Lebenserwartung zu ermöglichen.

Albuminurie (Urintest)

Albumin im Urin zeigt einen Nierenschaden an und verursacht den Verlust von Klotho, ein Stoff der das Altern verhindert - Anti Aging. Albuminurie erlaubt ein Erkennen von Nierenkrankheiten und ermöglicht die Behandlung bevor die Nierenfunktion verloren geht. Sie wird mit Albuminurie senkenden Medikamenten behandelt.



Blutdruck

Ein hoher Blutdruck ist sowohl die Ursache als auch die Folge der Nierenkrankheit. Ein erhöhter Blutdruck beschleunigt die Entstehung der Nieren und Herz-Kreislauferkrankung. Behandelt wird mit Blutdruck senkenden Medikamenten.



Cholesterin (Bluttest)

Ein erhöhter Cholesterinspiegel im Blut trägt zur Entwicklung von Gefäßverkalkungen bei und erhöht das Risiko eines Herz-Kreislauf Todes. Behandelt wird mit Cholesterinsenkenden Medikamenten.



Diabetes Mellitus (Bluttest)

Ein erhöhter Blutzuckerspiegel erlaubt die Diagnose eines Prä-Diabetes und eines Diabetes und beeinflusst die Behandlung. Prä-Diabetes und Diabetes mellitus verursachen Nieren- und Herz-Kreislauferkrankung. Behandelt wird mit Blutzuckersenkenden Medikamenten.



Die Abschätzung der Glomerulären Filtrationsrate (eGFR) (Bluttest)

Ein erhöhter Spiegel von Kreatinin im Blut zeigt den Verlust der Nierenfunktion an. Die Nierenfunktion wird mit diesem Blutwert anhand der glomerulären Filterleistung abgeschätzt (eGFR). Ein Verlust der Nierenfunktion bedeutet dass eine Nierenkrankheit vorliegt. Diese führt zu einem beschleunigten biologischen Altern. Eine Nierenkrankheit wird zuerst mit Nieren-schützenden Medikamenten behandelt. Diese verzögern den weiteren Verlust der Nierenfunktion. Sobald 90% der Nierenfunktion verloren gegangen sind, wird eine Dialyse (Blutwäsche) oder Transplantation notwendig um die Nierenfunktion zu ersetzen.



strongkidneys@era-online.org