



## PRESSEMITTEILUNG

### **Weltnerientag am 9. März 2023: „Gesunde Nieren für alle“**

### **Frauen mit Diabetes mellitus sind gefährdeter für chronische Nierenerkrankungen als Männer**

Berlin, 2. März 2023 – Diabetes mellitus ist in westlichen Ländern die häufigste Ursache für ein chronisches Nierenversagen. Die Mehrheit aller Menschen mit Diabetes, die eine Nierenersatztherapie benötigen, sind am Typ 2 erkrankt. Es gibt aber auch Betroffene mit Typ 1. Frauen mit Diabetes weisen häufiger Risikofaktoren für die Entwicklung einer diabetischen Nephropathie auf als mit Diabetes lebende Männer. Darauf macht die gemeinnützige Gesundheitsorganisation diabetesDE – Deutsche Diabetes-Hilfe anlässlich des Weltnerientags am 9. März 2023 aufmerksam und rät allen Menschen mit Diabetes Typ 1 und 2 zu regelmäßigen Kontrolluntersuchungen.

#### **Frauen mit Diabetes sind von Risikofaktoren häufiger betroffen als Männer**

Eine amerikanische Untersuchung aus 2020 zeigte, dass mit Diabetes mellitus verbundene Folgeerkrankungen, darunter auch an den Nieren, geschlechtsspezifisch sind: Bei Frauen mit Diabetes kommen Risikofaktoren wie Bluthochdruck, zu hohe Glukosespiegel, Übergewicht und zu hohe Blutfettwerte häufiger vor als bei mit Diabetes lebenden Männern. Außerdem weisen Frauen höhere Sterblichkeitsraten für diabetesbedingte Todesfälle auf. Die genauen Ursachen dafür sind noch unklar.

Zur Publikation: [Maric-Bilkan C: Sex differences in diabetic kidney disease. Mayo Clin Proc 2020; 95: 587-599](#)

#### **Geschädigte Nieren können in eine Blutvergiftung münden**

„Bei einer diabetischen Nephropathie kommt es durch langfristig hohe Glukosespiegel im Blut und einen hohen Blutdruck zu einer Schädigung der feinen Blutgefäße in den Nieren“, erklärt Professor Dr. med. Thomas Haak, Vorstandsmitglied von diabetesDE – Deutsche Diabetes-Hilfe und Chefarzt am Diabetes Zentrum Mergentheim. In der Folge nimmt die Leistungsfähigkeit der Nieren nach und nach ab. Sie filtern immer weniger Abfallstoffe aus dem Blut, die sich dort zunehmend anreichern. „Versagen die Nieren schließlich ganz, kann dies zu einer Blutvergiftung führen“, so Haak.

#### **Tückisch: Nierenerkrankungen machen keine Schmerzen – Laborkontrollen sind wichtig**

Da dieser Prozess lange Zeit ohne Beschwerden verläuft, sind Kontrolluntersuchungen sehr wichtig. „Wir raten Menschen mit Diabetes Typ 1 und Typ 2, mindestens einmal jährlich ihren Urin auf seinen Albumingehalt hin untersuchen zu lassen und neben ihrer Glukoseeinstellung auch ihre Blutdruck- und Blutfettwerte regelmäßig zu kontrollieren“, sagt Haak. Weisen die Ergebnisse auf eine eingeschränkte Nierenfunktion hin, müsse ein Nephrologe frühzeitig in die Behandlung eingebunden werden. „Vollständig erholen können sich die Nieren leider nicht mehr“, betont der Diabetologe. „Aber der Verlauf der Nierenerkrankung bis zur Dialyse lässt sich – früh erkannt und behandelt – verzögern und eine hohe Lebensqualität erhalten.“

Mehr zum Thema: [Nierenerkrankung \(Nephropathie\) | diabetesDE - Deutsche Diabetes-Hilfe](#)

**Optimierter Lebensstil und Medikamente verlangsamen die Erkrankung**



Für Patient\*innen im Frühstadium der diabetischen Nephropathie steht zunächst im Vordergrund, Blutdruck- und Glukosewerte zu senken, Cholesterinwerte zu normalisieren und den Lebensstil zu verbessern. „Hierzu zählen vor allem der Abbau von etwaigem Übergewicht und der Rauchstopp“, erklärt Haak. „Darüber hinaus sind eiweißreiche Lebensmittel für Betroffene nur in Maßen empfehlenswert, da eine eiweißreiche Ernährung das Fortschreiten einer Nierenschwäche fördern kann.“ Im weiteren Verlauf müssen Patient\*innen mit einer diabetischen Nephropathie regelmäßig Medikamente einnehmen.

#### **Am Ende helfen nur Nierenersatztherapie und Nierentransplantation**

Sind die Schädigungen zu weit fortgeschritten, wird eine Nierenersatztherapie mit Dialysebehandlung notwendig. Bei vielen dialysepflichtigen Menschen kommt schließlich auch eine Nierentransplantation infrage. „Da Patient\*innen mit Diabetes jedoch häufig weitere Begleiterkrankungen aufweisen, können ihnen seltener neue Nieren transplantiert werden als Menschen ohne Diabetes“, berichtet Haak. „Auch deshalb ist es wichtig, mögliche Nierenschädigungen so früh wie möglich zu behandeln.“

#### **Weitere Informationen:**

[Deutscher Gesundheitsbericht Diabetes 2023, S. 93 ff.](#)

[WDT 2021: Vortrag Dr. Bertil Oser zum Thema "Hoffnung bei diabetischer Nierenkrankheit – neue Leitlinien" | diabetesDE - Deutsche Diabetes-Hilfe](#)

[Isolde Tarrach \(58\) – Leben unter Zucker | diabetesDE - Deutsche Diabetes-Hilfe](#)

#### **Material für Social Media**

Sie möchten in den sozialen Medien zu diesem Thema berichten? Nutzen Sie gerne unsere Vorschläge.

##### Twitter:

Am 9.3. ist #Weltnierentag: #Diabetes kann auch Folgen für die #Nieren haben, besonders bei Frauen! @diabetesDE gibt Infos und Tipps rund um die Erkennung und das Leben mit einer diabetesbedingten #Nierenerkrankung: LINK

##### Facebook/Instagram:

Am 9. März ist #Weltnierentag! Habt ihr`s schon gewusst? #Diabetes mellitus ist in westlichen Ländern die häufigste Ursache für ein chronisches #Nierenversagen. Frauen mit Diabetes weisen häufiger Risikofaktoren für die Entwicklung einer diabetischen #Nephropathie auf als mit Diabetes lebende Männer. diabetesDE – Deutsche Diabetes-Hilfe gibt Infos und Tipps, wie eine Nierenerkrankung als Folge von Diabetes Typ 1 oder Typ 2 erkannt und behandelt wird: LINK

#### **Hier finden Sie diabetesDE – Deutsche Diabetes-Hilfe online:**

<https://twitter.com/diabetesDE>

<https://www.facebook.com/diabetesDE>

<https://www.instagram.com/deutschediabeteshilfe/>

<https://www.youtube.com/c/diabetesDEDeutscheDiabetesHilfe>

#### **Ihre Kontakte für Rückfragen:**



diabetesDE – Deutsche Diabetes-Hilfe  
Nicole Mattig-Fabian (Geschäftsführung)  
Albrechtstr. 9  
10117 Berlin  
Tel.: +49 (0)30 201 677-12  
Fax: +49 (0)30 201 677-20  
E-Mail: [mattig-fabian@diabetesde.org](mailto:mattig-fabian@diabetesde.org)  
[www.diabetesde.org](http://www.diabetesde.org)  
[www.deutsche-diabetes-hilfe.de](http://www.deutsche-diabetes-hilfe.de)

Thieme Communications  
Julia Hommrich  
Pf 30 11 20, 70451 Stuttgart  
Tel.: +49 (0)711 8931 423  
Fax: +49 (0)711 8931 167  
E-Mail: [hommrich@medizinkommunikation.org](mailto:hommrich@medizinkommunikation.org)  
[www.diabetesde.org](http://www.diabetesde.org)  
[www.deutsche-diabetes-hilfe.de](http://www.deutsche-diabetes-hilfe.de)

---

**diabetesDE – Deutsche Diabetes-Hilfe** ist die führende deutsche Gesundheitsorganisation für aktuell 11 Mio. Menschen mit Diabetes mellitus. Wir setzen uns aktiv für die Interessen und eine bessere Lebensqualität der Betroffenen, ihrer Angehörigen sowie der Risikopatientinnen und -patienten ein. Wir helfen Menschen mit Diabetes. Mit verlässlichen, wissenschaftlich fundierten Informationen und praktischen Tipps. Jeden Tag, immer aktuell.

*Unsere Vision ist, die Zahl von jährlich 600 000 Neuerkrankungen dauerhaft zu senken und bei allen Diabetes-Typen Folgeerkrankungen zu vermeiden.*

Spendenkonto Bank für Sozialwirtschaft, IBAN: DE59 1002 0500 0001 1888 00, BIC: BFSWDE33BER