



**das zweite Leben – Nierenlebendspende e.V.**

---

## **Patientenseminar in Dresden**

Zum 18. Dresdner Patientenseminar am 10.06.2017, lud das Uniklinikum Carl Gustav Carus ein.

Wir als Verein „das zweite Leben – Nierenlebendspende e.V.“ waren mit einem Stand dabei. Aus unseren Reihen kamen Fam. Brühl, R. Karnatz, J. Rümmler, H. Liebscher, Fam. Klotz, Fam. Lischke und Fam. Hoffmann.

Das Thema des Patientenseminars „Die Zeit mit der neuen Niere“ richtet sich an bereits transplantierte Patienten und war wie immer sehr gut besucht. Herr Prof. Dr. C. Hugo eröffnete die Informationsveranstaltung. Dabei erfuhren wir, dass fast 1000 Transplantationen im Uniklinikum Dresden vorgenommen wurden.

Herr Prof. Dr. C. Hugo ging in seinem Vortrag auf wichtige Punkte zum Schutz der Niere ein. Die ersten 3 Monate nach der Nierentransplantation sind die gefährlichsten, in dieser Zeit passieren die meisten Abstoßungen. Auch zu einem späteren Zeitpunkt kann es leider zu Abstoßreaktionen kommen. Deshalb wird sehr großen Wert auf den engen Kontakt zur Nephrologie und dem Transplantzentrum gelegt, auch auf die Vorsorge- und Kontrolluntersuchungen. Wichtig sind auch Patientenschulungen und die Mitarbeit der Patienten.

„Immunsuppression nach der Nierentransplantation: Medikamente und aktuelle Studien“:

Herr Dr. Parmentier stellte in seinem Vortrag die wissenschaftliche Forschung zu Immunsuppressiva vor. Der Kernpunkt ist das Gleichgewicht und eine Balance zu finden, zwischen der Abstoßung und den unerwünschten Nebenwirkungen. Er ging auf die verschiedenen Medikamente ein und erklärte dazu die Nebenwirkungen. Hierbei wurde die regelmäßige Einnahme und Kontrolle der Medikamente betont um Abstoßungsreaktionen zu vermeiden.

Das nächste Thema: „Akute und chronische Abstoßungen - Wie kann man Abstoßungen verhindern und behandeln?“

Herr Dr. Paliege erklärte, dass die Abstoßungsrate innerhalb des ersten Jahres auf 5-10% reduziert werden konnte. Akute Abstoßungen sind in der Regel gut zu behandeln wenn sie rechtzeitig erkannt werden. Chronische Abstoßungen dagegen sind weniger aktiv, machen weniger krank und der Patient gewöhnt sich daran. Dadurch erfolgt der Gang zum Arzt auch später. Jede Niere kann abgestoßen werden, auch nach vielen Jahren, auch z. Bsp. durch eine Infektion. Fehlende Einnahme oder nicht regelmäßig eingenommene Medikamente sind jedoch eine häufige Ursache der Abstoßung. Deshalb ist die strenge Kontrolle der Medikamenteneinnahme wichtig, ebenso ein gutes Arzt-Patienten-Verhältnis. Früherkennungen sind also sehr wichtig.

Fr. Dr. Putz ging in ihrem Vortrag „Urologische Nachsorge nach Nierentransplantation“ darauf ein, dass neben der nephrologischen Nachsorge auch die urologische Nachsorge, mindestens einmal jährlich, genauso wichtig ist. Warum? Die urologische Kontrolle ist nicht nur in der ersten Phase nach der NTX wichtig, sondern auch für ev. operative Nachbehandlungen. Eine große Rolle spielen die chronischen Infektionen (Bsp.: Harnwegsinfektionen) und die Tumоровorsorge. Risikofaktoren für das Entstehen von Nierentumoren können zum einen die Medikamente sein welche eingenommen werden, aber auch die vorangegangene Dialysezeit. Je länger man transplantiert ist, umso höher besteht die Gefahr das Tumore entstehen. Nicht nur für die Haut, auch für urologische Tumore. Ziel ist es vor Infektionen zu schützen und damit das Transplantat zu erhalten.

Nach der Kaffeepause ging es weiter mit Vorträgen zu Themen:

„Nachsorge nach Nierentransplantation – Tumoren und Infektionen“ sowie „Nachsorge nach Nierentransplantation – Wie kann ich meine Haut vor Tumoren schützen?“

Herr Dr. Gebauer und Frau Marlene Garzarolli gingen nochmals auf die besondere Situation nach einer Organtransplantation ein. Das generelle Risiko an Krebs zu erkranken, ist im Vergleich zu nicht transplantierten Patienten um einiger höher. Auffallend sind vor allem die Hautkrebserkrankungen. Sehr häufig erkranken die Patienten an hellen Hautkrebs. Die Einnahme von Immunsuppression verhindert, dass das neue Organ vom Körper abgestoßen wird, nimmt aber Einfluss auf das Immunsystem.

Generell ist die Früherkennung von Tumoren und Infektionen wichtig. Jeder transplantierte Patient sollte die Vorsorgeuntersuchungen nutzen damit rechtzeitig mit der Therapie begonnen werden kann.

Der nächste Tagesordnungspunkt, ein Vortrag von Frau Dr. Quick:

„Lifestyle und mehr – Reisen, Impfung, Sexualität, Kinderwunsch“

Nach einer Organtransplantation können Patienten wieder auf Reisen gehen. Vorsicht ist allerdings im ersten Jahr gegeben, der Körper ist meist noch etwas geschwächt. Es sollten Urlaubsziele sein, wo eine gute medizinische Grundversorgung und Hygiene besteht. Bei Fernreisen ist eine zeitige Planung und gute Vorbereitung notwendig. Mitzunehmen sind ausreichend Medikamente und vom Arzt dokumentierte Medikamenteneinnahme. Wichtig zu klären ist, ob auch spezielle Impfungen notwendig sind. Insekten- und Sonnenschutz sind unbedingt mitzunehmen. Transplantierte Patienten sollten Sonnenbäder vermeiden und sich auf jeden Fall gut vor UV-Licht schützen. Am Urlaubsort sollten die Hygienerichtlinien beachtet werden.

Ein Gespräch mit dem behandelnden Arzt ist bei Kinderwunsch ratsam, möglichst vor einer Schwangerschaft. Die Transplantatfunktion sollte stabil sein. Abzuklären ist auch welche Medikamente geeignet sind.

„Gefäße und Herz schützen – Die Bedeutung von Blutdruck, Blutzucker und Bewegung“, ein Vortrag von Frau Dr. Lißke.

Durch die immunsuppressiven Medikamente entwickeln viele Patienten nach der Transplantation einen Bluthochdruck. Dieser muss behandelt werden, sonst besteht das Risiko von Herz- und Kreislauferkrankungen.

Ebenso kann ein transplantiertes Patient einen Diabetes bekommen. Auch diese Erkrankung muss in fachärztliche Behandlung, ebenso eine Fettstoffwechselstörung, um u.a. Gefäßveränderungen oder die Gefahr der Leberverfettung gezielt zu behandeln.

Nach der Transplantation kann langsam mit sportlichen Aktivitäten begonnen werden. Anfangs ist es sinnvoll mit regelmäßige Atemübungen und leichtem Muskeltraining zu beginnen. Die Kondition sollte langsam gesteigert werden. Wenn die Wundheilung abgeschlossen ist, kann mit richtiger sportlicher Betätigung begonnen werden. Allerdings sollten keine Kampfsportarten oder Fußball/Handball durchgeführt werden.

Bewegung ist generell gut, nicht nur für transplantierte Patienten. Es macht glücklich, verbrennt Fett, wirkt dem Bluthochdruck entgegen, reguliert den Blutzuckerspiegel und stärkt das Herz-Kreislauf-System.

Zum Abschluss möchten wir uns bei allen Referenten für ihre ausführlichen und interessanten Vorträge bedanken. Ein großes Lob auch an die fleißigen Organisatoren welche für unser aller leibliches Wohl sorgten und auch dafür dass die Technik immer funktioniert.

Birgit Lischke, Silvia Hoffmann