

Dank Dialyse mit Schwung durchs Leben

~~~~~  
*Pascal R. ist seit fünf Jahren auf die Dialyse angewiesen. Obwohl die Therapie seinen Alltag bestimmt, führt er ein erfülltes, vielseitiges Leben – auch dank der umfassenden Betreuung durch die Fachleute am KSW.*  
~~~~~



Pascal R. ist mit seinem E-Bike zum Gespräch für diesen Text gefahren. Auch die meisten Besorgungen erledigt er damit. «Der kleine Motor macht es möglich, dass ich mich normal bewegen und mit anderen mithalten kann», sagt er.

Der 49-Jährige leidet an einer chronischen Niereninsuffizienz. Seine Niere kann lebenswichtige Funktionen nicht mehr übernehmen, Fremdstoffe und Abbauprodukte des Stoffwechsels werden nicht mehr aus dem Blut gefiltert und über den Harn ausgeschieden.

Radikale Umstellung des Lebens

Nimmt die Leistung der Nieren zu stark ab, sind Patienten auf eine Dialyse oder eine Spender- niere angewiesen. «Sinkt die Nierenfunktion unter 10–15% und bestehen Beschwerden, raten wir zu einer Nierenersatztherapie», sagt Dr. med. Thomas Kistler, Chefarzt Nephrologie/Dialyse. Pascal R. erhielt den Bescheid 2016, und er erinnert sich gut an diesen Tag. «Es war ein Schock. Ich wusste, von nun an bin ich von einer Maschine abhängig.» Ganz unvorbereitet traf ihn die

Nachricht aber nicht. Seine Niere war schon länger geschwächt. Nach einer Behandlung mit Antibiotika hatte sie 2010 erstmals ausgesetzt. Seit er vierjährig war, hat er nur noch eine Niere; wegen eines Tumors hatte ihm eines der beiden Organe entfernt werden müssen.

Es gibt viele Gründe, weshalb eine Nierenersatztherapie nötig werden kann. Am häufigsten führen ein hoher Blutdruck oder Diabetes zu Nierenschäden, die ein Nierenversagen verursachen. Seltener sind Autoimmun- oder genetische Erkrankungen oder der Verlust beider Nieren durch einen Unfall.



Pascal R., 49, leidet seit vielen Jahren an einer Nierenschwäche. Dank Dialyse kann er eine gute Lebensqualität beibehalten.

4500–5000

Personen in der Schweiz sind auf die Dialyse angewiesen.



Hochqualitative und persönliche Behandlung



Interview mit
Dr. med. Thomas Kistler
Chefarzt Nephrologie/
Dialyse

Warum gibt es bei fortgeschrittener Niereninsuffizienz meist keine Alternative zur Dialyse?

Bei einer Nierenerkrankung wird ein Teil der Nierenkörperchen, die als Filter dienen, geschädigt, was zu Vernarbungen führt. Das verbleibende Nierengewebe wird dann stärker belastet, und die Schädigung breitet sich aus. Ab einem gewissen Punkt hilft nur noch Dialyse oder eine Nierentransplantation. Allerdings können wir durch eine gute Regulierung von

Blutdruck und falls notwendig von Blutzucker, Mineralstoffwechsel, Säure-Basen-Haushalt und Salzzufuhr sowie durch eine gezielte Anpassung der individuellen Ernährung das Fortschreiten der Erkrankung verlangsamen. Damit lässt sich der Beginn der Dialyse hinauszögern.

Welchen Vorteil bietet das KSW gegenüber Dialysezentren?

Wir sind sehr privilegiert, weil wir die Fachleute aller Disziplinen, die es für die Betreuung von Dialysepatienten braucht, im Haus haben. Umgekehrt kennen im Spital alle die spezifischen Bedürfnisse von Dialysepatienten. Gleichzeitig ist das KSW von einer überschaubaren Grösse. Das heisst, wir kennen einander, stehen in engem Kontakt. Das ist die Basis für eine persönliche Behandlung.

Bald ziehen Sie mit Ihrem Team in den Neubau um. Was wird anders?

Die Patientinnen und Patienten werden weiterhin vom bewährten Team betreut. In Zukunft werden sie aber Aussicht auf den neu gestalteten Park haben. Auch dank der modern eingerichteten Räume werden sie sich sehr wohl fühlen. Ausserdem liegen die Sprechstundenräumlichkeiten und die Hämodialysestation in unmittelbarer Nachbarschaft, so dass das gesamte Team der Nephrologie neu gemeinsam an einem Ort ist – was die Zusammenarbeit nochmals stärkt.



Mehr Informationen zur Nephrologie
www.ksw.ch/nephrologie



Von Anfang an gut aufgehoben

Die Umstellung auf die Hämodialyse gelang Pascal R. gut. Dreimal die Woche ging er von nun an ins KSW, wo sein Blut von einer Maschine gereinigt wurde. Rasch spürte er eine Verbesserung. «Ich hatte viel mehr Energie, wurde nicht mehr so schnell müde.» Und er fühlte sich bei Dr. Kistler und seinem Team sehr gut aufgehoben. «Mir war klar: Gegen die Dialyse anzukämpfen, bringt nichts. Ich musste es akzeptieren», sagt er.

Hämodialysen können Patienten auch zu Hause durchführen. Oder sie entscheiden sich für eine Bauchfelldialyse. Hier wird das Bauchfell als natürlicher Filter für die Blutreinigung und die Entwässerung genutzt. Für die Wahl der Methode bleibt am KSW viel Zeit. In mehreren Gesprächen wird geklärt, welche Option am besten passt. «Das ist individuell und hängt auch vom Umfeld ab», sagt Dr. Kistler. «Sofern nötig oder

gewünscht, können die Patienten die Methode später auch wechseln und, da wir am KSW alle Formen anbieten, weiter von uns betreut werden.

Pascal R. kennt alle Dialysemethoden aus eigener Erfahrung. Nach einem halben Jahr wechselte er zur Bauchfelldialyse. «Positiv war, dass mein Blut täglich während 24 Stunden gereinigt wurde und ich unabhängiger vom Spital war», erinnert er sich. Doch dann erlitt er einen nicht operierbaren Leistenbruch, und mit der Zeit vertrug er die Flüssigkeit, welche in die Bauchhöhle geleitet wird, nicht mehr gut. Deshalb kam er wieder für die Hämodialyse ans KSW, bevor ihm vorgeschlagen wurde, auf Heimdialyse umzustellen. Seither steht eine kühlstrangkrosse Maschine, die er selbst bedient, in seinem Schlafzimmer.

Die Therapie bestimmt seinen Alltag vom Aufstehen bis zum frühen Nachmittag. Um 8 Uhr morgens schliesst er den Schlauch der Maschine an den Gefässzugang beim Schlüsselbein an.

10'000

Hämodialysen wurden
im Jahr 2020 am KSW
durchgeführt.

Pascal R. liest oder fährt Velo während der Heimdialyse.

«Bei uns werden die Dialysepatientinnen und -patienten sehr persönlich betreut.»

Sacha Buchmann
Stv. Leiter Pflege der Dialysestation

Die erste Stunde döst er. Dann absolviert er im Liegen das Fitnessprogramm mit Ausdauer- und Krafttraining, welches das KSW eigens für Dialysepatienten entwickelt hat. Drei Stunden läuft die Maschine, danach isst er zu Mittag, bevor er sich nochmals für zwei Stunden hinlegt. Sechsmal pro Woche macht er das so. Dank der Behandlung zu Hause war es möglich, den für ihn optimalen Behandlungsrhythmus zu finden.

Enges Zusammenspiel der Fachleute

Damit die Dialyse reibungslos funktioniert, sind viele Fachleute im Einsatz. «Der Erfolg der Therapie hängt von der engen Zusammenarbeit der verschiedenen Disziplinen ab», sagt Dr. Kistler, «und die ist am KSW optimal.» Das beginnt mit Fachleuten der Angiologie und der Gefäßchirurgie. Sie sorgen dafür, dass für eine Hämodialysebehandlung über eine Vene am Unter- oder Oberarm ausreichend Blut über den Hämodialysefilter geleitet werden kann.

Auch Fachleute aus Urologie, Rheumatologie, Neurologie und Kardiologie werden beigezogen. «Das ist sehr wichtig, weil einige unserer Patientinnen und Patienten schon älter sind und nicht selten weitere medizinische Beschwerden vorliegen», sagt Dr. Kistler.

Eine zentrale Rolle spielt die Pflege. «Wir verbringen sehr viel Zeit mit den Patientinnen und Patienten, wenn sie die Hämodialyse am KSW machen», sagt Sacha Buchmann, Stv. Leiter Pflege

Therapien bei Niereninsuffizienz

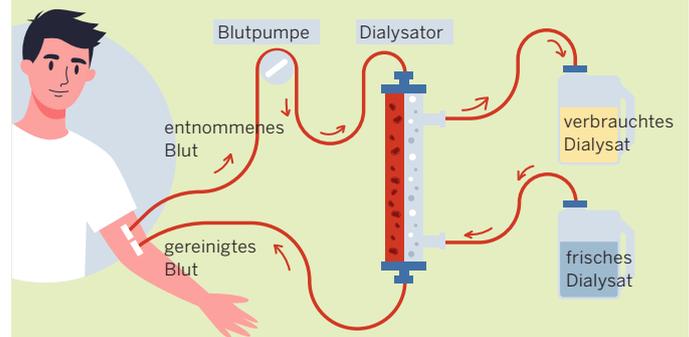
Sinkt die Leistung der Nieren unter 15%, wird eine Nierenersatztherapie unerlässlich. Dafür gibt es aktuell drei Möglichkeiten:

Nierentransplantation

Eine Spenderniere übernimmt die Funktion des erkrankten Organs. Dadurch kann die Nierenfunktion vollständig gewährleistet werden.

Hämodialyse

Das Blut wird in einer Maschine durch einen künstlichen Filter gereinigt und der Körper wird entwässert. Die Hämodialyse wird in der Regel dreimal pro Woche während je vier Stunden durchgeführt. Sie kann auch zu Hause erfolgen.



Bauchfelldialyse (Peritonealdialyse)

Blutreinigung und Entwässerung werden vom Bauchfell übernommen. Durch einen Schlauch fließt eine spezielle Flüssigkeit in den Bauchraum, welche die Gift- und Abfallstoffe des Körpers aufnimmt. Die Bauchfelldialyse wird täglich durchgeführt.

Es gibt auch Patienten, die auf eine Behandlung verzichten, etwa wenn eine andere schwere Erkrankung vorliegt. Hier unterstützt das Palliative-Care-Team des KSW die Betroffenen und lindert die Symptome.

ge der Dialysestation. «Unser Ziel ist es, dass sie sich möglichst wohl fühlen. Je entspannter sie sind, desto seltener kommt es zu Blutdruckschwankungen während der Dialyse.» Dank der engen Beziehung kann Sacha Buchmann auch andere körperliche Beschwerden früh erkennen, Durchblutungsstörungen an den Füßen etwa.



«Die Dialyse ermöglicht mir
ein gutes Leben.»

Pascal R.

«Wir achten darauf, dass es keine Druckstellen gibt. Bilden sich Wunden, legen wir Verbände an.» Und kommt es doch einmal zu einer Infektion, wird das Wundambulatorium beigezogen.

Die richtige Ernährung

Die Dialyse kann die Aufgaben der Nieren nur zum Teil übernehmen. «Die richtige Ernährung ist deshalb eine wichtige Unterstützung», sagt Ernährungstherapeutin Sabrina Frei, «gerade was den Wasser- und Mineralienhaushalt betrifft.» So muss die Trinkmenge an die täglich noch ausgeschiedene Urinmenge angepasst werden. Wird kein Urin produziert, darf pro Tag nur ein Liter getrunken werden. «Funktio-

niert die Niere nicht, kann sie die aufgenommene Flüssigkeit nicht mehr ausscheiden. Das Wasser wird bis zur nächsten Dialyse gespeichert, was den Körper belastet.» Zurückhaltung ist auch beim Salzkonsum verlangt, «sonst bekommen die Patienten Durst und trinken zu viel». Hingegen ist es wichtig, genügend Eiweiss aufzunehmen. Denn durch die Dialyse wird dem Körper Eiweiss entzogen.

Pascal R. hat wegen der Dialyse seine Lebensfreude nicht verloren. Er arbeitet weiter für eine Bibliothek, viermal die Woche ein paar Stunden, «von zu Hause aus, das war schon vor Corona möglich». Und er fährt weiterhin in die Ferien. Was allerdings etwas Planung verlangt.

Mehr Mobilität und Selbständigkeit



Interview mit
Giuseppe Mungo
Institut für
Therapien und
Rehabilitation

Leistungsfähigkeit. Dem wirken wir mit dem Nephro-Training entgegen. Dieses Programm haben wir vor drei Jahren gemeinsam mit der Nephrologie am KSW eingeführt. Und die Resultate sind sehr positiv. Die Patienten sind mobiler und dadurch auch selbständiger in ihrem Alltag.

Velos, die im Liegen eingesetzt werden. Dann folgen Kraftübungen für die Beinmuskulatur. Hier setzen wir Gewichtsmanschetten ein. Damit schaffen wir die Basis, damit die Patienten sich generell besser bewegen können. Dadurch sind sie wieder in der Lage, die Treppe statt den Lift zu benutzen oder beim Einkaufen einen Teil des Weges zu Fuss zurückzulegen. So kommt ein positiver Prozess in Gang.

Warum ist Physiotherapie für Dialysepatienten wichtig?

Mit der Dialyse ist für die Patienten jede Woche eine Bettruhe von insgesamt zwölf Stunden verbunden. Das führt zu Muskelabbau und zur Schwächung der

Wie sieht das Trainingsprogramm aus?

Das Training wird während der Dialyse durchgeführt. Zuerst absolvieren die Patientinnen und Patienten ein Ausdauertraining. Wir haben dafür spezielle

20%

des Blutes, das vom Herz
in den Kreislauf
gepumpt wird,
gelangen bei
gesunden Menschen
direkt zu den Nieren.

In der Nähe muss ein Spital oder ein Dialysezentrum sein, wo er dreimal pro Woche sein Blut reinigen lassen kann. «Ganz abgelegen sollte es nicht sein, damit der Weg zur Dialyse nicht zu weit ist.» Im Corona-Jahr war er am Genfersee, zuvor in Amsterdam und in der Bretagne.

Bevor er sich verabschiedet, sagt er noch, wie zufrieden er mit der Behandlung am KSW sei. «Die Nephrologie, das Team im Ambulatorium, auch die Physiotherapie und die Ernährungsberatung: Es ist immer sehr persönlich und menschlich.» Dann nimmt er seine Velotsche und macht sich auf, um zu seiner Partnerin zu fahren.

WIR SIND BALD BEREIT



Eröffnung Neubau Anfang 2022

Modernste Behandlungsräume und der Blick ins Grüne: Im Neubau sind Patientinnen und Patienten der Nephrologie sehr gut aufgehoben. Und sie profitieren davon, dass die Räumlichkeiten für Sprechstunden und die Hämodialyse direkt nebeneinander liegen.



Mehr erfahren
bau.ksw.ch