



Gefäßschutz für Dialysepatienten





Liebe Patientin, lieber Patient!

Chronische Nierenerkrankungen bringen zahlreiche gesundheitliche Komplikationen mit sich. Eine der folgenschwersten ist die fortschreitende Gefäßverkalkung. Viele Dialysepatienten sind betroffen, aber auch Patienten in den Frühstadien der Niereninsuffizienz. Denn **Gefäßverkalkung** beginnt häufig schon vor dem Beginn der Dialysepflicht.

In dieser Broschüre finden Sie Informationen, wie Sie der Gefäßverkalkung entgegenwirken können. Bitte sprechen Sie auch mit Ihrem Arzt darüber.

1. Risikofaktoren für Gefäßverkalkungen

1a. Klassische Risikofaktoren für Gefäßverkalkungen

Von Gefäßverkalkung bedingt durch Fettablagerungen im Gefäßinneren hat jeder schon einmal gehört. Auslöser sind bekannte, klassische Risikofaktoren wie Bluthochdruck, Diabetes, Rauchen, Fettstoffwechselstörungen, Übergewicht und Bewegungsmangel.

1b. Dialysetypische Risikofaktoren für Gefäßverkalkungen

Zu den oben genannten klassischen Risikofaktoren kommen bei niereninsuffizienten Patienten noch weitere hinzu. Dialysepatienten sind nämlich zusätzlich zur „normalen“ Gefäßverkalkung verstärkt von einer anderen Form der Verkalkung betroffen:

Hierbei handelt es sich um die so genannte „Mediasklerose“, eine Verkalkung der mittleren Schicht („Media“) der Gefäßwände. Bei dieser Erkrankung verhärten sich die weichen, flexiblen Blutgefäße zunehmend und unterstützen das Herz immer weniger bei seiner Arbeit. Dadurch wird es wesentlich stärker belastet.

Wie kommt es nun gerade bei Dialysepatienten zu dieser Mediasklerose?



Einen Risikofaktor stellt das Phosphat im Körper dar. Fallen die Nieren aus, kann überschüssiges Phosphat nicht mehr aus dem Körper entfernt werden.

Studiendaten deuten darauf hin, dass zu hohe Phosphatwerte im Blut die Verkalkung der Gefäße fördern und die Wahrscheinlichkeit von kardiovaskulären Krankheiten erhöhen. Ein weiteres Risiko stellt ein „Zuviel“ an Calcium im Körper dar, da eine erhöhte Calciumzufuhr ebenfalls zu Verkalkungen führen kann.



2. Was kann ich tun, um der Gefäßverkalkung entgegenzuwirken?

2a. Ernährung

Die richtige Ernährung ist die Basis für unsere Gesundheit; auch für die Gefäß-Gesundheit. Als Dialysepatient sollten Sie sich **kalium- und phosphatarm** ernähren. Zahlreiche Broschüren geben nützliche Ratschläge zur richtigen Ernährung bei Niereninsuffizienz. Eine Möglichkeit ist die Ernährung mit dem PEP, dem Phosphat-Einheiten-Programm.

Sie finden das PEP-Programm unter **www.nieren-und-gefaesse.de**

2b. Sport

Auch Dialysepatienten tut Bewegung gut! Sie steigert das allgemeine Wohlbefinden und reduziert das Verkalkungsrisiko. Besonders geeignet sind „sanfte“ Ausdauersportarten wie Walking, Radfahren oder Schwimmen.



2c. Phosphatbindertherapie

Eine Phosphatbindertherapie ist notwendig für Ihre Gesundheit. Nur bei der richtigen Einnahme des **Phosphatbinders** kann die Therapie allerdings erfolgreich sein.

Sie müssen also den von Ihrem Arzt verschriebenen Phosphatbinder regelmäßig einnehmen.



3. Wieso sind Phosphatbinder so wichtig?

Die Risiken machen deutlich: Phosphatsenkung ist ein „Muss“ für Dialysepatienten sowie für nierenkranke Patienten im Vorstadium der Dialyse. Laut internationalen Leitlinien sollte der Phosphat Spiegel des Dialysepatienten einem Zielwert von 3,5–5,5 mg/dl entsprechen. Dies ist jedoch allein mit einer Diät kaum zu erreichen.

Die Herausforderung bei der Ernährung: Als Dialysepatient müssen Sie bei der Ernährung zwei Anforderungen erfüllen, die schwer in Einklang zu bringen sind. Einerseits sollten Sie phosphatarm essen. Andererseits müssen Sie aber Nahrung mit hochwertigem Eiweiß zu sich nehmen. Diese enthält jedoch häufig viel Phosphat.

Hier helfen Phosphatbinder, indem sie das überschüssige Phosphat über die Verdauung „entsorgen“.



4. Gefäßschützende Effekte von Phosphatbindern

Phosphatbinder entfernen also das überschüssige Phosphat aus dem Körper. Das ist wichtig, damit Ihre Gefäße nicht durch das Phosphat belastet werden. Phosphatbinder ist aber nicht gleich Phosphatbinder!

Manche Phosphatbinder können nämlich **zusätzliche gefäßschützende Effekte** haben, die Ihre Gefäßgesundheit erhalten. Aber was sind diese „schützenden“ Effekte im Einzelnen?

4a. „Calciumfreiheit“ genießen

Ist ein Phosphatbinder calciumfrei, so führt er dem Körper kein zusätzliches Calcium zu. Da, wie oben erwähnt, auch eine erhöhte Calciumzufuhr die Gefäßverkalkung beschleunigen kann, kann ein calciumfreier Phosphatbinder besser für Ihren Körper sein.





4b. Blutfette senken

Bestimmte Blutfette (in der Fachsprache: LDL-Cholesterin) setzen sich bei einem Überangebot an den Innenschichten der Gefäße ab und führen so zu Ablagerungen. Senkt ein Phosphatbinder zusätzlich das LDL-Cholesterin, so wird dadurch der Blutfettspiegel gesenkt.

4c. „Verkalkungshemmer“ fördern

Es gibt Proteine, die offensichtlich dem Prozess der Gefäßverkalkung entgegenwirken können. Untersuchungen zeigen, dass Menschen, die weniger verkalken als andere, mehr von diesen „verkalkungshemmenden“ Proteinen haben.

Wird die Konzentration dieser „Verkalkungshemmer“ im Blut durch einen Phosphatbinder erhöht, kann dies einen positiven Effekt auf die Gefäße haben.

4d. Entzündungsparameter senken

Bei Dialysepatienten finden vermehrt entzündliche Prozesse im Körper statt. Ein Protein, das CRP heißt, kann auf das Vorhandensein solcher Entzündungen hinweisen.

So zeigt ein erhöhter CRP-Spiegel eventuell ein **erhöhtes Risiko für Herz- und Hirninfarkte** an. Diese Infarkte sind oft lebensbedrohlich. Durch die Wahl des Phosphatbinders kann der CRP-Spiegel gesenkt werden.

Phosphatbinder, ein Helfer fürs Leben

Der richtige Phosphatbinder kann also mehr leisten als nur eine effektive Phosphatbindung, denn die Zusatzeffekte sind nicht nur für die Gesundheit der Patienten wichtig, sondern können zu dem zu einer **Steigerung der Überlebenschance** führen.

Fragen Sie Ihren Arzt nach der für Sie geeigneten Phosphatbindertherapie, um Ihr Risiko für Gefäßverkalkungen zu verringern!

Weitere Informationen, besonders auch zum Thema Nieren und Gefäße bzw. dem Problem der Gefäßverkalkung finden Sie unter:

www.nieren-und-gefaesse.de

Weitere Informationen zur Hyperphosphatämie können Sie beziehen unter:

genzyme GmbH

Siemensstraße 5b

63263 Neu-Isenburg

Tel : +49/ (0) 6102-36 74 0

Fax: +49/ (0) 6102-36 74 600

E-Mail: niere-info-de@genzyme.com

www.genzyme.de

genzyme Austria GmbH

Franz-Klein-Gasse 5

A-1190 Vienna

Tel : +43/ (0) 1 77 46 53 8

Fax: +49/ (0) 1 77 46 53 89

E-Mail: wolfgang.jank@genzyme.com

RENA 123/12-08