

Pressemitteilung

8. Februar 2019

Wie Nieren- und Blasensteinen beizukommen ist

Urologen der SHG-Kliniken Völklingen hatten zum Informationstag eingeladen

Völklingen. Es ist eine Volkskrankheit. Jeder zwanzigste Bundesbürger hat einmal in seinem Leben einen Nieren- oder Blasenstein. Manche erwischt es sogar mehrmals. Wie Nieren- und Harnsteine entstehen und welche Möglichkeiten der Therapien es gibt, darüber informierten Urologen der SHG-Kliniken Völklingen bei einem Info-Tag im Kongresszentrum.

Je nach Zusammensetzung unterscheidet man verschiedene Steinarten. 80 Prozent aller Steine sind Kalziumsteine, etwa zehn Prozent bestehen aus Harnsäure, weitere zehn Prozent sind so genannte Infekt-Steine, erläutert Muhammad Matani, Facharzt der Klinik für Urologie, Kinderurologie und urologische Onkologie. Die Ursachen ihrer Entstehung sind vielfältig. Darmerkrankungen Stoffwechselstörungen, Entzündungen der Harnwege, aber auch Übergewicht, Stress und zu wenig Bewegung spielen eine Rolle.

Wie vorbeugen? „Vor allem viel trinken“, sagt Matani. Er empfiehlt zweieinhalb Liter Flüssigkeit täglich, natürlich alkoholfrei, am besten rund um den Tag und auch über die Nacht verteilt. Je nach Steinart könne man auch gezielt bei der Ernährung vorbeugen. Bei Harnsäuresteinen empfiehlt Matani wenig Fleisch zu essen, bei Steinen aus Kalziumoxalat das Reduzieren Oxalat-haltiger Nahrungsmittel. Also weniger Spinat, Rote Beete oder Rhabarber. Deshalb sei eine Steinanalyse besonders wichtig.

Viele Steine sind allerdings Zufallsbefunde und benötigen keine Behandlung. „Aber es gibt Abhilfe bei Nieren- und Blasensteinen“ erklärte Oberarzt Dr. René Mehnert. Die Diagnostik erfolgt meist mit Hilfe einer Computertomografie. „Dabei sind fast alle Steine sichtbar“. Die Therapie hängt von der Art des Steins ab. Harnsäuresteine lassen sich in der Regel medikamentös auflösen. Bei kleinen Steinen, die keine Probleme machen gilt „abwarten, viel trinken, viel bewegen.“

Bei Koliken haben sich Drainageeinlagen bewährt, die Mehnert vorstellte. Möglich ist es auch einen Stein mit einer ESWL-Stoßwellentherapie von außen zu zertrümmern. Auch die weiteren technischen Möglichkeiten sind gut. Rund 400-mal im Jahr entfernen die Urologen in der Völklinger Klinik Steine endoskopisch durch die Harnröhre, rund 60 OPs erfolgen endoskopisch von der Flanke des Patienten aus.

Nach den Vorträgen gab es reichlich Gelegenheit zu ausführlichen persönlichen Gesprächen mit Chefarzt Dr. Frank-Uwe Alles und seinem Team. Viele Besucher nutzen auch die Gelegenheit, die Behandlungsräume der Urologie zu besichtigen und sich dabei im Einzelnen die technischen Möglichkeiten erklären zu lassen.



Chefarzt Dr. Frank-Uwe Alles erläutert Besuchern die Funktionsweise eines Endoskopie-Katheters zur Beseitigung von Harnsteinen. Foto: Harald Kiefer/SHG