

# Ein Organ, auf das man aufpassen sollte

## WELTNIERENTAG Engagierter Patient und Heilbrunner Spezialistin rufen zu mehr Prävention auf

VON ANDREAS STEPPAN

Bad Heilbrunn – Wenn einem etwas an die Nieren geht, bedeutet das, dass es einen im Innersten berührt. Ganz zentral für das Wohlergehen des Menschen ist dieses Organ nicht nur im übertragenen, sondern auch im konkreten medizinischen Sinn. Dafür soll der Weltnerentag an diesem Donnerstag sensibilisieren. Uwe Korst, der selbst nierenkrank ist, nimmt dieses Datum zum Anlass, seine Geschichte mit der Öffentlichkeit zu teilen und aufzufufen: „Passt auf Eure Nieren auf!“

In der m&i-Fachklinik Bad Heilbrunn ist Uwe Korst aus Bensheim in Hessen ein bekanntes Gesicht. Zum dritten Mal hält sich der 63-jährige hier zur Reha auf. Dabei profitiert er nicht nur von den hiesigen Therapieangeboten, sondern hält auch selbst Vorträge für seine Mitpatienten. Korst, der sich national und international in diversen Patienten-Organisationen engagiert, ist zum Experten seiner eigenen Erkrankung geworden.

„Als ich 25 Jahre alt war, wurde bei mir eine genetische Nierenerkrankung diagnostiziert“, berichtet er. Er litt unter Zystennieren. „Es handelt sich um die häufigste ‚seltene Krankheit‘. Einer von 1000 Menschen ist betroffen.“

### Ehefrau spendete ein Organ

Zu spüren war zu jenem Zeitpunkt von der Krankheit kaum etwas, aber es war klar: Die Funktion seiner Nieren würde mit der Zeit schlechter werden. „Der Arzt gab mir ein Infoblatt in die Hand. Darauf stand: Sie werden früh sterben und sollten keine Kinder bekommen. Das war ein Schock für mich.“ Mit 48 Jahren trat ein, was lange absehbar war: Uwe Korsts Nieren versagten, er musste an die Dialyse – in diesem Fall eine Bauchfeldialyse.



Experten unter sich: Uwe Korst (63) litt unter einer genetischen Nierenerkrankung, eine Transplantation verbesserte sein Leben. Während seiner Reha in Bad Heilbrunn tauscht er sich mit Chefarztin Dr. Doris Gerbig aus. FOTO: PROHL

### Acht Tipps, um die Nieren gesund zu erhalten

- Halten Sie sich fit und aktiv.
- Kontrollieren Sie regelmäßig ihren Blutzucker.
- Messen Sie regelmäßig Blutdruck.
- Ernähren Sie sich gesund und halten Sie Ihr Gewicht im Normalbereich.
- Trinken Sie ausreichend.
- Hören Sie mit dem Rauchen auf.
- Nehmen Sie frei verkäufliche Schmerzmittel nicht über einen längeren Zeitraum ein.
- Lassen Sie jährlich Ihre Nierenfunktion

vom Hausarzt/Nephrologen überprüfen, wenn Sie zu den Risikopatienten gehören.

Quelle: Deutsche Gesellschaft für Nephrologie und Deutsche Gesellschaft für Allgemeinmedizin und Familienmedizin

Zwei Jahre bekam er regelmäßig diese „Blutwäsche“. „In dieser Zeit war ich sehr müde und hatte depressive Phasen.“ Das habe nicht nur ihn selbst, sondern auch seine Familie betroffen, sagt der Vater zweier Töchter. „Meine Frau hat es so formuliert: Aus einem leistungsfähigen Menschen ist ein müder Ehegatte geworden.“ Schließlich bot sie an, ihrem Mann eine Niere zu spenden.

„Ich habe das zuerst abgelehnt, weil es bedeutete, dass an einem gesunden Menschen ein großer medizinischer Eingriff vorgenommen wird.“ Doch sich genau zu informieren, habe ihm geholfen, die Vorstellung zu akzeptieren. Als Diplom-Ingenieur sei er „ein strukturierter Mensch“, sagt Korst. „Ich

muss verstehen, was passiert.“ Die Voraussetzungen waren allerdings nicht ideal, da Uwe Korst und seine Frau nicht die gleiche Blutgruppe haben. Lange war unklar, ob die Transplantation in dieser Konstellation funktionieren würde. „Ich bin bekennender Christ und habe viele Menschen aktiviert, für mich zu beten“, sagt Korst. „Dass am Ende alles gut gegangen ist, ist für mich ein großes Wunder.“

Zwölf Jahre liegt die Transplantation nun zurück. „Stand heute geht es mir gut“, sagt Uwe Korst. „Ich bin dankbar, dass es mir so geht, wie es mir geht.“ Dr. Doris Gerbig, Chefarztin der Abteilung Innere Medizin, Nephrologie und Transplantations-

nachsorge an der Heilbrunner Fachklinik, stellt aber klar: „Man wird durch die Transplantation nicht gesund, es ist ein klares Nierenersatzverfahren.“ Man gewinnt eine höhere Lebensqualität und eine bessere Langzeitprognose als bei der Dialyse. Die Kehrseite: „Solange die transplantierte Niere im Kör-

### Transplantiert ist nicht gleich gesund

per ist, muss man Mittel nehmen, um das Immunsystem zu unterdrücken. Sonst stößt der Körper das fremde Organ wieder ab“, erklärt Gerbig.

Die Folge ist zum Beispiel ein erhöhtes Infektionsrisiko. Auch die Gefahr, an Krebs zu

erkranken, steige. Und ein Teil der Betroffenen entwickelt Diabetes. Das ist auch bei Uwe Korst der Fall.

Der Nieren-Spezialistin und dem Patienten ist es ein Anliegen, darauf aufmerksam zu machen: Auch nach einer Nierentransplantation sollte die Erkrankung des Betroffenen ernst genommen werden. „Viele Arbeitgeber sagen: Du bist doch jetzt gesund, du solltest wieder voll einsatzfähig sein“, sagt Uwe Korst. Dr. Doris Gerbig betont: „Man sieht den Betroffenen ihre körperliche Einschränkung nicht an. Deswegen haben sie es oft schwer in Bezug auf Nachteilsausgleich und die Feststellung des Grads ihrer Behinderung.“

Insgesamt resümiert die Ärztin aber: Ein Leben mit

neuer Niere sei für die Betroffenen gut machbar – „wie man an Herrn Korst sieht“, sagt Gerbig. „Aber man muss sich zuverlässig an Regeln halten.“

Für die Belange von Nierenerkrankten setzt sich der Bensheimer seit vielen Jahren ehrenamtlich ein. 2004 gründete Kost erstmals eine Selbsthilfegruppe für Menschen mit Zystennieren. 2008 überraschte ihn ein Anruf aus den USA: Er wurde von einer Stiftung zu einer interna-

### Blutentnahme und Urintest reichen schon

tionalen Konferenz nach Orlando eingeladen. Heute ist er Mitglied im Vorstand der Patientenvereinigung „Bundesverband Niere“ und Patientenvertreter beim europäischen Referenznetzwerk für seltene Nierenerkrankungen. Er arbeitet zum Beispiel als Patientenvertreter an medizinischen Leitlinien und Infoblättern mit.

Zum Weltnerentag wollen Uwe Korst und Doris Gerbig aufklären, damit mehr Menschen auf ihre Nierengesundheit achten. „Die Niere leidet und stirbt leise“, sagt die Medizinerin. Das bedeutet: Wenn dieses Organ nicht richtig arbeitet, merkt der Betroffene lange Zeit gar nichts davon – bis er im schlimmsten Fall eines Tages mit akutem Nierenversagen in die Notaufnahme kommt und an die Dialyse muss.

„Vor allem bei den häufigsten Auslösern einer Nierenerkrankung wie Bluthochdruck oder auch Diabetes mellitus sollte ein Screening auf eine Nierenerkrankung erfolgen“, rät Doris Gerbig. „Dies ist schnell und einfach im ersten Schritt mit einer Blutentnahme und einer Urinuntersuchung getan.“ Bei einer frühzeitigen Diagnose lasse sich noch einiges machen, „um die Niere zu schützen, ihre Funktion aufrechtzuerhalten und die Krankheit in einem ruhigen Fahrwasser zu halten.“

### IN KÜRZE

#### Benediktbeuern/Kochel Innehalten in der Fastenzeit

Zu weiteren „Haltestellen für das Leben“ lädt die Pfarreiengemeinschaft Benediktbeuern-Bichl-Kochel an diesem Sonntag, 17. März, um 17.30 Uhr ein. Innehalten, zur Ruhe kommen und für diese besondere Zeit Impulse zum Nachdenken zu bekommen, das ist das Ziel der Veranstaltungsreihe. Die „Haltestellen“ werden mit Stille, Gedanken oder Texten und Musik gestaltet. In Benediktbeuern trifft man sich an diesem Sonntag am Mühlbachweg zwischen Schwimmbadstraße und Gasse. Zeitgleich ist eine weitere „Haltestelle“ in Kochel am Schellenbichl, beim Aussichtspunkt oberhalb der Firma Dorst. as

#### Walchensee Wasserbeschaffung: Verband tagt

Der Wasserbeschaffungsverband Walchensee lädt alle Mitglieder für diesen Freitag, 15. März, zur Verbandsversammlung ein. Das Treffen findet um 20 Uhr im Gasthaus Edeltraut in Walchensee statt. Es wird unter anderem über das vergangene und das laufende Geschäftsjahr sowie insbesondere über Investitionsvorhaben und Projekte für das Jahr 2024 berichtet. sas

#### Ehrungen bei den Sportfreunden

Zu ihrer Jahreshauptversammlung kommen die Sportfreunde Walchensee an diesem Samstag, 16. März, um 19.30 Uhr im Gasthaus Edeltraut zusammen. Auf der Tagesordnung stehen die Berichte von Vorstand und Spartenleiterin sowie Ehrungen. sas

#### Bad Heilbrunn Kindersachenbasar in der Turnhalle

Ein Kindersachenbasar findet am kommenden Samstag, 16. März, von 10 bis 12 Uhr in der Schulturnhalle in Bad Heilbrunn statt. Verkauft wird alles rund ums Kind für Frühjahr und Sommer. Es gibt einen Kuchenverkauf. Der Erlös kommt Kindern in der Gemeinde zugute. müh

#### Kochel am See

#### Ort: Bartprämierung entfällt dieses Jahr

Die Bartprämierung, die alljährlich am Josefitag, 19. März, stattfindet, muss für heuer abgesagt werden. Das teilt der Bartverein Ort-Pessenbach mit. Grund ist, dass sich für den scheidenden Vorsitzenden noch kein Nachfolger gefunden hat. Ein neuer Termin wird bekannt gegeben. hh

#### Großweil Jubiläumstück „Fußballfieber“

In Großweil wird auch auf der Bühne gekickt: Zum 40-jährigen Bestehen der „Neuwirtbühne“ wird wie berichtet das Stück „Fußballfieber“ aufgeführt, eine Groteske über das Spiel mit dem runden Leder. Die Auführungen sind an den Sonntagen, 17. und 24. März, am Donnerstag, 28. März, sowie am Samstag, 6. April, und Freitag, 12. April, jeweils um 19 Uhr. Kartenreservierungen sind unter Telefon 0 88 51/92 39 66 möglich, und zwar montags, donnerstags und freitags von 17 bis 19.30 Uhr sowie am Samstag von 10 bis 12 Uhr. ig

## Nach Großbrand: Trümmer werden weggeräumt

Ehemalige Schreinerei wurde im November zerstört – Eigentümerin hält sich über Zukunft des Grundstücks bedeckt

Bichl – Seit dem Großbrand am 28. November vergangenen Jahres lag das Gebäude an der Ludlmühlstraße in Trümmern. Jetzt haben die Aufräumarbeiten begonnen. „Es wurde eine Firma beauftragt, die die Brandstelle reinigt und den Schutt abräumt“, erklärt Eigentümerin Petra Hundhammer auf Anfrage. Wie es danach mit dem Grundstück weitergeht, dazu will Hundhammer noch keine Angaben machen. Nur so viel: „Wir sind in der Planung und gehen jetzt Schritt für Schritt weiter vor.“

Die Bichlerin war von dem Brand „geschockt“, wie sie sagt. „Es war einfach ober-scheiß.“ Die ehemalige



Das Grundstück an der Ludlmühlstraße wird aktuell gereinigt. Die Flammen hatten die alte Schreinerei am 28. November in Schutt und Asche gelegt. FOTO: MOH

Schreinerei war schon einmal abgebrannt. Am Aschermittwoch 2011 stand das Gebäude in Flammen. Damals hatte Hundhammer noch Glück im Unglück und es brannte „nur“ ein Gebäudeteil nieder. Nach dem Großbrand im November blieb kaum noch etwas übrig. „Aber es hilft alles nichts, wir müssen nach vorne schauen“, sagt die Bichlerin.

Für Petra Hundhammer waren die vergangenen Wochen kräftezehrend. „Das Ganze war für uns mit viel Arbeit und Aufregung verbunden“, berichtet sie. Was sie aber besonders trifft: „Durch den Brand verschwindet wieder ein Teil der Geschichte

von Bichl.“ Hundhammer fürchtet, dass die Erinnerung an die alte Schreinerei verloren geht.

Wie berichtet war das Feuer am 28. November gegen 13.50 Uhr ausgebrochen. Das Gebäude war zuletzt als Werkstatt- und Lagergebäude genutzt worden. Der entstandene Schaden wurde auf rund 800 000 Euro geschätzt. Verletzt wurde zum Glück niemand. Das Feuer soll bei Hobbyarbeiten entstanden sein. Die Staatsanwaltschaft München II ermittelt wegen des Verdachts der fahrlässigen Brandstiftung gegen einen 61-jährigen Österreicher aus dem Landkreis Garmisch-Partenkirchen. vfi

## Graffiti an der Schule

Benediktbeuern – Mit dem bekannten Münchner Graffiti-Künstler „Loomit“ (Mathias Köhler) soll eine Wand an der Benediktbeurer Grund- und Mittelschule gestaltet werden. Der Schulverband beschloss jüngst, das Vorhaben als nächstes dem Gemeinderat vorzustellen. Gibt der grüne Licht, soll das Projekt umgesetzt werden. Einen Termin kann Verbandsvorsitzen-

der und Bürgermeister Anton Ortlieb noch nicht nennen. Das hänge davon ab, „wann der Künstler Zeit hat“. Auf jeden Fall soll die Wand noch heuer gestaltet werden. Die Kosten von rund 1500 Euro würden über Spenden finanziert. „Loomit“ hat unter anderem 1993 das private Badezimmer des früheren Münchner Oberbürgermeisters Christian Ude bemalt. fn

## Nein zu zweitem Zweifamilienhaus

Benediktbeuern – Der Antrag auf Vorbescheid für den Bau von zwei neuen Zweifamilienhäusern auf einem Grundstück in Gschwendt sorgte in der jüngsten Bauausschuss-sitzung für eine längere Diskussion – und das nicht zum ersten Mal. Wie Bürgermeister Anton Ortlieb erläuterte, hat sich das Gremium bereits vor etlichen Jahren mit der Frage befasst, „ob auf dem

südlichen Bau Feld Baurecht besteht“. Im Jahr 2017 habe das Landratsamt das Vorhaben zum ersten Mal abgelehnt. Nun startete der Bauwerber einen erneuten Versuch, wobei sich laut Ortlieb am geplanten Vorhaben nichts geändert hat.

Wie schon in der Vergangenheit war der geplante Neubau im nördlichen Bau-

feld haben wurde vom Bauausschuss auch einstimmig befürwortet. Mehrheitlich abgelehnt wurde dagegen erneut eine Bebauung des südlichen Areal. Dieses liegt laut Bauamtsleiter Robby Wagenknecht im Außenbereich.

Hanns-Frank Sella sprach sich für eine Bebauung aus, da man den Neubau auf der südlichen Fläche durchaus als Abrundung der schon vor-

handenen Bebauung verstehen könne. Zudem würde mit dem Zweifamilienhaus Wohnraum geschaffen. Seine Gremiums-kollegen konnte er von dieser Ansicht nicht überzeugen. Ortlieb sah die Bebauung auch deshalb kritisch, weil das Gebäude nah an die vorhandene Sportstätte heranreichen würde. „Da wäre Ärger vorprogrammiert.“ fn