



## EINLEITUNG

Ihre Nieren sind sehr wichtig. Leider geschieht es manchmal, dass sie aufhören zu funktionieren. Ein plötzliches Nachlassen der Nierenfunktion nennt man akutes Nierenversagen. Es ist oft nur kurzfristig und erfordert nur eine kurzzeitige Behandlung. Häufiger geschieht es, dass sich die Nierenfunktion über mehrere Jahre hinweg immer mehr verschlechtert. Das nennt man dann chronische Nierenkrankheit. Schließlich stellen die Nieren ihre Funktion völlig ein. Wenn nur noch etwa 10 % der Funktion vorhanden sind, benötigt man eine Nierenersatztherapie (Dialyse) oder eine Nierentransplantation.

Die Dialyse entfernt Abfallprodukte und überschüssige Flüssigkeit aus Ihrem Blut. Man kann die Dialyse an zwei Orten durchführen – zu Hause oder in einem Dialysezentrum. Peritonealdialyse ist eine Art der Heimbehandlung. Hämodialyse kann entweder zu Hause oder in einem Dialysezentrum durchgeführt werden.

Bei einer Transplantation wird in ihren Körper eine Niere übertragen, die entweder von einem lebenden oder von einem verstorbenen Spender stammt. Für eine Transplantation muss ihr allgemeiner Gesundheitszustand recht gut sein. Ihr Arzt kann Ihnen sagen, ob es für Sie in Frage kommt. Weitere Informationen dazu finden Sie im Merkblatt „*Transplantation*“.

Wenn Sie gebrechlich oder schon etwas älter sind, halten Sie eine konservativere Pflege vielleicht für angebrachter. Bei der konservativen Pflege nimmt man Medikamente ein und kontrolliert seine Nahrungs- und Flüssigkeitsaufnahme, um die Nierenfunktion zu verlängern. So lässt man der Natur ihren Lauf, bis die Nieren komplett versagen. Weitere Informationen dazu finden Sie im Merkblatt „*Konservative Pflege: eine Behandlungsmöglichkeit*“.

## PERITONEALDIALYSE ZU HAUSE (PD)

Die beste Möglichkeit ist, eine Behandlungsmethode für Zuhause zu wählen, sofern Sie dazu in der Lage sind. Peritonealdialyse können Sie selbst zu Hause durchführen und ein Familienmitglied kann geschult werden, um Ihnen dabei zu helfen. Die nötige Schulung nimmt nicht viel Zeit in Anspruch und wird von Ihrem Medizinersteam organisiert. Es gibt zwei Arten von Peritonealdialyse – bei der einen wechselt man tagsüber selbst die Dialyseflüssigkeit (CAPD – kontinuierliche ambulante Peritonealdialyse) und bei der anderen übernimmt dies insbesondere in der Nacht automatisch ein Dialysegerät (Cycler) (APD – automatische Peritonealdialyse).

## LEBENSQUALITÄT MIT PD

Die Wahl zwischen den beiden Arten der Dialyse hängt von verschiedenen Faktoren ab, wie etwa Ihrem Gesundheitszustand und Ihrem Lebensstil. Die Vorteile und Kehrseiten jeder Art sollten Sie mit Ihrem Gesundheitsteam und Ihrer Familie besprechen. Viele Patienten, die sich für PD entscheiden, beginnen zunächst mit CAPD und steigen nach 6-8 Wochen, wenn sich ihr Körper an die Dialyse gewöhnt hat, auf APD um.

Die Nutzung der PD hat viele Vorteile, unter anderem:

- Reisefreiheit mit ein wenig Organisation
- Dialyse nach freier Zeiteinteilung in Ihrem eigenen Zuhause
- Steuerung Ihres persönlichen Lebensstils
- Es ist eine einfache Methode, die von den meisten Menschen innerhalb einer Woche erlernt werden kann.
- Die meisten Patienten haben keine Einschränkungen bei der Nahrungsaufnahme und nur sehr wenige bei der Flüssigkeitsaufnahme.
- Sie können sich körperlich betätigen und Sport betreiben, doch Sie müssen vorsichtig sein, wenn Sie schwimmen gehen wollen.
- Sie können weiterhin berufstätig bleiben.
- Die gesamte Dialyseausrüstung wird kostenlos zu Ihnen nach Hause geliefert.

Die Peritonealdialyse läuft innerhalb Ihres Körpers ab, wobei die Membran des Bauchfells (des Peritoneums) als Filter genutzt wird. Das Peritoneum ist stark durchblutet. Während der Peritonealdialyse dient die Membran dazu, Abfallprodukte und überschüssige Flüssigkeit aus Ihrem Blut herauszufiltern. Über einen speziellen Katheter (ein Röhrchen) wird Dialyseflüssigkeit in die Bauchhöhle eingefüllt und wieder abgelassen. Bei der PD haben Sie normalerweise ständig Dialysat in Ihrem Körper, so dass Ihr Blut kontinuierlich gereinigt wird.



## CAPD - BEUTEL FÜR DEN TAG

Normalerweise werden die Beutel viermal täglich gewechselt. Bei jedem Wechsel wird ein neuer Beutel mit Flüssigkeit angeschlossen, die alte Flüssigkeit wird abgelassen und die neue Flüssigkeit wird eingefüllt. Das nimmt etwa 30 Minuten in Anspruch und man kann es fast überall tun,



wenn man einige vernünftige Vorkehrungen trifft. Zwischen den Wechseln haben Sie die Freiheit, Ihrem üblichen Tagesablauf nachzugehen.

Über Nacht gibt es eine lange Verweildauer, während Sie schlafen. Der Beutel wird normalerweise morgens gleich nach dem Aufstehen gewechselt, dann mittags, spätnachmittags und unmittelbar vor dem Zubettgehen. An ereignisreichen Tagen besteht die Möglichkeit einer gewissen Flexibilität.

CAPD beruht auf der Nutzung der Schwerkraft. Wenn der Abflussbeutel auf den Fußboden gelegt wird, fließt die Flüssigkeit ab. Indem man den neuen Beutel mit dem Dialysat über Schulterhöhe aufhängt, fließt das frische Dialysat in Ihre Bauchhöhle.

## APD - GERÄT FÜR DIE NACHT

Bei der APD nimmt Ihnen ein Gerät, genannt Cycler, den Wechsel der Dialyseflüssigkeit ab. Jede Nacht wird Ihr Katheter an die Schläuche des Cyclers angeschlossen. Dieser vollführt mehrere Wechsel und leitet das Dialysat in Ihren Körper ein und wieder heraus, während Sie schlafen. APD macht man jede Nacht über einen Zeitraum von etwa 8–10 Stunden.



Während des Tages verbleibt das Dialysat normalerweise in Ihrem Körper, damit die Dialyse weitergehen kann. Weitere Informationen dazu finden Sie im Merkblatt „Peritonealdialyse“.

## HÄMODIALYSE - ZU HAUSE ODER IM ZENTRUM

Die Hämodialyse (HD) können Sie selbst zu Hause machen, doch für diejenigen, die dazu nicht in der Lage sind, wird die Behandlung im Dialysezentrum unter der Aufsicht von Krankenschwestern durchgeführt. Das Blut wird in einem speziellen Dialysator in einer Hämodialysmaschine gereinigt.



## LEBENSQUALITÄT MIT HÄMODIALYSE

- Bei einer im Zentrum durchgeführten HD haben Sie drei feste Termine pro Woche, die jeweils 6 Stunden Ihres Tages in Anspruch nehmen. Sie müssen jedes Mal zur Dialyseklunik fahren.
- Bei einer zu Hause durchgeführten HD setzen Sie mit Ihrem Gesundheitsteam Ihren eigenen Terminplan für die Dialyse fest und führen die Behandlung tagsüber oder über Nacht zu Hause durch. Für manche Menschen ist diese Kontrolle und Flexibilität sehr wichtig, doch nicht für jeden.
- Wenn Patienten die Dialyse selbst zu Hause durchführen, können sie zusätzliche Stunden hinzufügen, was ihren Gesundheitszustand fördern und für viele zu einer Verbesserung der Lebensqualität führen kann.
- Bei einer HD ist die Nahrungs- und Flüssigkeitsaufnahme eingeschränkt, es sei denn, Sie können zusätzliche Zeiten an der Maschine verbringen.
- Wenn Sie in Urlaub fahren, müssen Sie Termine in einer anderen Dialyseklunik buchen.
- Die Reise zur Dialyseklunik geht auf Ihre eigenen Kosten. Zu Hause werden Ihnen die Kosten größtenteils erstattet. Sie haben vielleicht höhere Ausgaben für Strom und Wasser, doch auch dafür gibt es Zuschüsse. Die Durchführung zu Hause wird normalerweise die billige Alternative für Sie sein.

## WAS IST EIN GEFÄSSZUGANG?

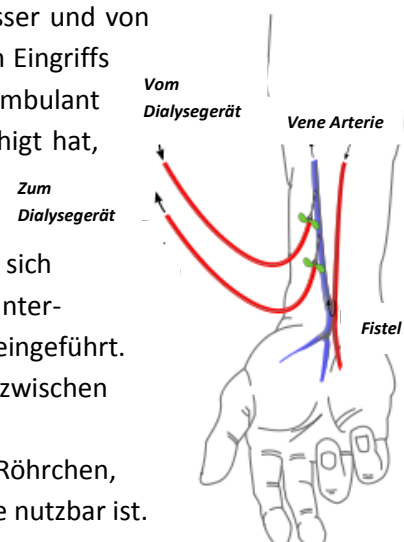
Ein Zugang zu Ihrem Blutstrom ist nötig, damit Ihr Blut von überschüssigem Wasser und von Abfallprodukten gereinigt werden kann. Dazu wird im Rahmen eines chirurgischen Eingriffs ein „Gefäßzugang“ hergestellt. Diese Operation wird normalerweise ambulant durchgeführt. Es kann bis zu 2 Monate dauern, bis der Zugang sich soweit beruhigt hat, dass er „reif“ für die Dialyse ist.

Es gibt drei Arten von Gefäßzugängen.

**Fistel:** Eine Ihrer Arterien wird mit einer Vene verbunden. Die Vene verbreitert sich und die Stelle wird nun Fistel genannt. Sie befindet sich in der Regel in Ihrem Unter- oder Oberarm und manchmal auch in Ihrem Bein. In die Fistel werden Nadeln eingeführt.

**Shunt:** Auch Gefäßprothese genannt. Der Chirurg setzt Schlauchverbindungen zwischen einer Ihrer Arterien und einer Vene ein.

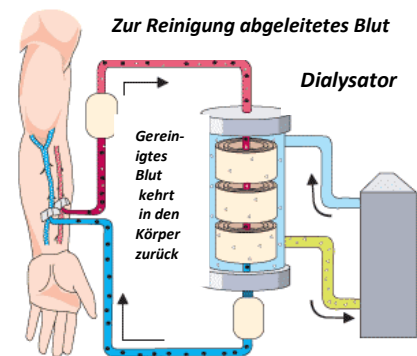
**Katheter:** Ein Katheter ist ein normalerweise nur vorübergehend eingesetztes Röhrchen, das in eine große Vene eingeführt wird, bis eine Fistel oder eine Gefäßprothese nutzbar ist. Katheter können sofort genutzt werden.



Sie werden Ihren Gefäßzugang pflegen müssen. Sorgfältige Hygiene hilft, Infektionen vorzubeugen.

## WIE FUNKTIONIERT DIE HÄMODIALYSE?

Während der Hämodialyse fließt Ihr Blut durch einen speziellen Filter, der „Dialysator“ genannt wird. Das gereinigte Blut fließt dann in Ihren Körper zurück. Der Dialysator hat viele kleine Fasern oder Röhrchen. Jede Faser hat winzige Löcher in ihren Wänden. Eine spezielle Flüssigkeit, die Dialysat genannt wird, wäscht das Umfeld der Fasern. Das überschüssige Wasser und die nutzlosen Abfallprodukte wandern aus Ihrem Blut durch die Poren der Fasern in das Dialysat. Das saubere Blut fließt in Ihren Körper zurück. Das Dialysat wird entsorgt.



## WIE KANN MAN DIE HEIM-HD ERLERNEN?

Wenn Sie sich entscheiden, die Hämodialyse selbst zu Hause durchzuführen, werden besondere Rohrleitungen installiert und das Gerät samt Zubehör wird Ihnen zur Verfügung gestellt. Sie besuchen 6 – 8 Wochen lang eine Dialyseklinik und lernen dort, die Dialyse selbst durchzuführen. Ein Partner kann geschult werden, um Ihnen dabei zu helfen, doch manche Menschen führen die Dialyse ganz allein durch. Weitere Informationen finden Sie dazu im Merkblatt „Hämodialyse zu Hause“.

## IST EIN BEHANDLUNGSZENTRUM (KRANKENHAUS ODER AMBULANZ) FÜR MICH AM BESTEN?

Ihre häusliche oder gesundheitliche Situation kann es erforderlich machen, dass Sie bei jeder Dialysebehandlung krankenschwägerische Fürsorge benötigen. Eine Ambulanz befindet sich normalerweise in Ihrer Nähe und es stehen dort Mitarbeiter zur Verfügung, die Ihnen helfen. Dialyse in einem Krankenhaus ist normalerweise Patienten vorbehalten, die unmittelbaren Zugang zu fachärztlicher Pflege brauchen. Die Mitarbeiter werden mit Ihnen regelmäßige Termine festsetzen. Üblicherweise sind sowohl tagsüber als auch abends Termine möglich. Weitere Informationen finden Sie im Merkblatt „Hämodialyse – eine Behandlungsmöglichkeit“.

## KONSERVATIVE PFLEGE

Konservative Pflege ist die Behandlung Ihrer Wahl bei Nierenkrankheit, wenn Sie die Ansicht vertreten, dass die Möglichkeiten der Dialyse oder Transplantation für Sie nicht in Frage kommen. Bei vielen Menschen ist dies der Fall, wenn sie schon sehr gebrechlich sind und keine aufwändigen Behandlungen haben möchten. Manche Menschen unterziehen sich eine Zeitlang den aufwändigen Behandlungen und fassen dann den Entschluss, damit aufzuhören. Für viele Nierenkranke, die schon gebrechlich sind, ist die Lebenserwartung mit oder ohne Dialyse sehr ähnlich.



Konservative Pflege bedeutet, dass Ihre Pflege weiterhin unter medizinischer Aufsicht erfolgt und dass Sie Hilfe erhalten. Sie werden vielleicht Medikamente einnehmen und sich an eine Diät halten, um Ihre Lebensqualität zu verbessern. Konservative Pflege wird allerdings nicht Ihr

Leben verlängern, wenn Ihre Nieren völlig versagen. Man nennt dies auch unterstützende Versorgung und manchmal werden dabei Palliativpfleger eingesetzt.

## **WAS SOLLTEN SIE TUN, WENN SIE SICH FÜR EINE KONSERVATIVE PFLEGE ENTSCHEIDEN HABEN?**

Der erste Schritt ist, mit Ihrer Familie und Ihren primären medizinischen Dienstleistern darüber zu sprechen. Wenn Sie alle im Einverständnis sind und zusammenarbeiten, können Sie sicherstellen, dass Sie die bestmögliche Lebensqualität genießen können, bis Ihre Nieren völlig versagen. Es ist eine weise Entscheidung, dafür zu sorgen, dass alle Ihre Angelegenheiten geregelt sind. Dazu gehört:



- Setzen Sie ein Testament auf.
- Denken Sie daran, jemandem eine medizinische Vollmacht zu erteilen.
- Überlegen Sie, ob Sie eine Patientenverfügung ausstellen wollen.
- Erstellen Sie eine Liste aller Ihrer finanziellen Güter, einschließlich Ihrer Bankkonten, Immobilien, Versicherungspolizen usw.
- Stellen Sie Kontaktangaben von Personen zur Verfügung, die dabei helfen können, Ihren Nachlass zu verteilen, z.B. Rechtsanwalt, Steuerberater und Nachlassverwalter.

- Lassen Sie die Leute wissen, welche Art von Bestattung Sie sich wünschen.

## **ROLLE DER PALLIATIVEN PFLEGE UND DAS LEBENSENDE**

Das Palliativpflegeteam besteht aus dem Arzt und speziell geschulten Krankenpflegern, die Ihnen bei der Schmerzbewältigung und der Behandlung von Symptomen helfen. Die Zusammenarbeit mit den Palliativpflegern wird nicht Ihr Leben verlängern, kann aber Ihre Lebensqualität steigern. Sie können sich auch dann zwecks Symptombehandlung an die Palliativpfleger wenden, wenn Sie sich für die Dialyse oder Transplantation entschieden haben. Symptome einer Nierenkrankheit sind unter anderem Hautjucken, ruhelose Beine und allgemeine Schmerzen. Die Palliativpfleger werden Sie und Ihre Familie dabei unterstützen, so unabhängig und komfortabel zu leben wie nur möglich. Manche Menschen nutzen viele Jahre lang die Dienste von Palliativpflegern, auch wenn sie auf Dialyse sind. Die Beziehung zu den Palliativpflegern erleichtert vielen Menschen ein angenehmes Lebensende.

## **BENÖTIGEN SIE WEITERE INFORMATIONEN?**

Es ist sehr wichtig, dass Sie sich von Ihren medizinischen Versorgern beraten lassen, bevor Sie sich für eine Behandlungsmöglichkeit entscheiden. Das Merkblatt „*Machen Sie das Beste aus Ihrem Arztbesuch*“ enthält wertvolle Tipps dazu, welche Fragen Sie Ihrem Arzt stellen sollten. Je mehr Sie wissen, umso leichter wird es Ihnen fallen, informierte Entscheidungen bezüglich Ihrer Behandlung zu treffen.

**Weitere Informationen zur Nierengesundheit oder zu diesem Thema erhalten Sie von Kidney Health Australia:** Kidney Information Line (gebührenfrei) Rufnummer 1800 4 KIDNEY (1800 4 543 639) oder besuchen Sie die Website [www.kidney.org.au](http://www.kidney.org.au) oder [www.homedialysis.org.au](http://www.homedialysis.org.au).

**Erstellt im November 2012**

Dies ist eine allgemeine Einführung ins Thema und nicht dazu gedacht, den Rat Ihres Arztes oder Gesundheitsexperten zu ersetzen. Es wurde sorgfältig darauf geachtet, dass die Informationen für den Leser relevant sind und dass sie für alle Bundesstaaten Australiens gelten. Es wird darauf hingewiesen, dass Kidney Health Australia anerkennt, dass die Erfahrung jedes Menschen individuell unterschiedlich ist und dass es aufgrund der persönlichen Umstände, des Therapeuten und des Staates, in dem man lebt, zu Variationen bei der Behandlung und Versorgung kommen kann. Sollten Sie weitere Informationen benötigen, wenden Sie sich stets an Ihren Arzt oder Gesundheitsexperten.

Wenn Sie taub oder hörgeschädigt oder sprachbehindert sind, wenden Sie sich an den National Relay Service [www.relayservice.com.au](http://www.relayservice.com.au):

- Als TTY-Nutzer rufen Sie 1800 555 677 an und bitten um Weiterverbindung zu 1800 454 363
- Als Nutzer von „Speak and Listen“ rufen Sie 1800 555 727 an und bitten um Weiterverbindung zu 1800 454 363
- Als Nutzer des Internet-Relais - [www.relayservice.com.au](http://www.relayservice.com.au) – wählen Sie „Make an internet relay call now“ und bitten um Weiterverbindung zu 1800 454 363