

## Das Jahr 2022 – wir sind bereit



Das Jahr 2022 hat begonnen, wie das Jahr 2021 endete.

Corona blieb uns treu, wenn ich das mal so sarkastisch sagen darf.

Dennoch bleibt unsere Selbsthilfegruppe „das zweite Leben – Nierenlebenspende e.V.“ am Leben.

Es ist bekannt, dass es einige Selbsthilfegruppen oder ähnliche Vereine nicht geschafft haben, Corona zu trotzen und sich zu behaupten. In dieser Zeit ist der Zusammenhalt unter den Mitgliedern und mit den Mitgliedern besonders wichtig.

Ganz oben auf unserer Agenda steht unter anderem, kein Mitglied zu verlieren oder im Stich zu lassen. Leider ist es auch uns, als starke Selbsthilfegruppe, nicht gelungen 2 Mitglieder zu halten.

Wenn ich jetzt von Trost spreche, was nicht abwertend klingen soll, haben wir dennoch wieder neue Mitglieder gewonnen.

Wir sind nicht auf Mitgliederfang, NEIN, wir werden gefragt, ob man bei uns mitmachen darf. Im Gespräch erfahren wir dann, wie die neuen Mitglieder auf uns gekommen sind. Oft ist es so, dass sich eine Nierenkrankheit eingeschlichen hat. Wie gehe ich damit um? Fragen über Fragen, die nicht im medizinischen Bereich liegen, sollen beantwortet werden.

Das Internet ist voll von Empfehlungen, wie es laufen könnte, aber auch wie man es lassen kann.

Nicht immer steht ein Arzt dem Patienten zur Seite, der eine Selbsthilfegruppe kennt, an die man sich wenden kann.

Irgendwie stößt jeder auf unsere Seite im Internet. Informationen, die weiterhelfen, werden angeboten. Aber das persönliche Gespräch mit einem Betroffenen, ändert doch Einiges.

Es geht nicht immer im Gespräch, um eine Lebenspende oder eine Transplantation. Es sind allgemeine Fragen, wie man mit einer Niere weiterleben kann, oder mit einer Spenderniere? Wie geht das?

Viele Antworten, die verarbeitet werden müssen und auch zum Weiterdenken anregen.

An dieser Stelle beende ich diesen Abschnitt mit den Worten, „*es wurde die richtige Seite im Internet aufgeschlagen*“.

Was bringt uns das Jahr 2022, im Bezug für die Arbeit unserer Selbsthilfegruppe?

Einig sind wir uns in dem Punkt, nicht stehen bleiben und immer nach vorn sehen.

Es ist nicht leicht, unter Corona etwas auf die Beine zu stellen, aber ein Stillstand bedeutet das **AUS** der Selbsthilfegruppe. Keiner möchte oder will dieses.

Also, was machen wir und wie geht es weiter?

Neben einigen Aktionen wie,

- welche Perspektiven stellt sich die Selbsthilfegruppe, und wie erfüllen diese Aufgabe inhaltlich mit Leben

- das Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf lud zum Online-Patientenseminar ein, zum Thema „Gesund ins Jahr 2022“
- in regelmäßigen Abständen gibt es den Runden Tisch, im Uniklinikum Köln
- das Patientenseminar am Uniklinikum Dresden lädt zum Seminar für Patienten auf der Warteliste ein
- das Frühjahrs-Seminar unserer Selbsthilfegruppe „das zweite Leben – Nierenlebendspende e.V.“ in Weimar
- Gespräche, während der vielen Besuche in den verschiedensten TX-Ambulanzen mit den dortigen Schwestern und Ärzten, bezogen auf unsere ehrenamtliche Tätigkeit
- selbstständige Weiterbildung unserer Mitglieder in Hinsicht, auf neue Verfahren der Transplantation, wichtig und im Vordergrund für uns die Nierenlebendspende
- oder am 04.Juni 2022, Tag der Organspende, der immer am ersten Wochenende im Juni stattfindet und erstmals nach zwei Jahren wieder eine öffentliche Veranstaltung, dieses Mal in Mainz
- am 25./26.Juni treffen sich die Arbeitskreise in Fulda mit dem Blick auf die Organspende
- am 09./10.Juli 2022 findet in Erfurt ein Symposium zum Thema, Lebendorganspende und Transplantation statt
- nicht zu vergessen der Höhepunkt in diesem Jahr, 10 Jahre Selbsthilfegruppe „das zweite Leben – Nierenlebendspende e.V.“

Dieses Fest wird in Klink an der Müritz stattfinden, wo alles mit einer kleinen Gruppe begann. Viele Gäste werden erwartet aus Gesundheit und Politik.

Herzlich Willkommen, sind die vielen Mitstreiter, die uns in dieser Zeit begleiteten und unterstützten.

Es soll ein Fest der Freude, mit Informationsaustausch und ein herzliches Wiedersehen werden.

10 Jahre gehen nicht so einfach an einem spurlos vorbei. Nein, diese Zeit hat auch Spuren hinterlassen. Um so schöner ist es, die Personen wiederzusehen, die einen großen Anteil daran hatten und noch haben.

10 Jahre Kontakte halten, pflegen und miteinander im festen Austausch stehen. Das ist nicht nur Freude, sondern auch ein Bedürfnis oder eine Anregung zur Inspiration.

Aber, warten wir den September 2022 ab. Dann können wir über das Gestrern sprechen.

Es ist nur ein kleiner Ausblick, in Richtung Zukunft. Was sie und wirklich bringt, ist abzuwarten.

Ein paar Gedanken zur Nierenlebendspende.

Am 10. März 2022 fand der Weltnierentag unter dem Motto, "Nierengesundheit für alle" statt. In diesem Jahr, fanden wieder viele Veranstaltungen mit dem Ziel, das Bewusstsein für Nierenerkrankungen zu schärfen.

Der Weltnierentag findet jedes Jahr am 2. Donnerstag im März statt. Zahlreiche Veranstaltungen prägen dieses Ereignis.

Jeder zehnte Erwachsene leidet an einer chronischen Nierenerkrankung. Um dieses weltweit zu reduzieren, ist es das Bewusstsein schärfen, um eine frühzeitige Behandlung zu beginnen. Nur ein Beispiel, es sollte jeder wissen, wie hoch sein Blutdruck ist, um rechtzeitig zu reagieren.

Wir alle sprechen immer davon, dass die Nieren Hochleistungsorgane sind. Es ist richtig.

Wenn wir von einer anderen Möglichkeit zur Transplantation einer Niere eines Verstorbenen sprechen, kommt die die Nieren-Lebendspende ins Gespräch,

Nierenlebendspende ist bekannt. Wenn eine freiwillige Spende, einer der beiden Nieren eines lebenden Menschen helfen kann, dass ein anderer Mensch weiterhin am Leben teilnimmt. Diese Freiwillige Handlung ist, wie wir wissen an festen Regeln gebunden. Dennoch bleibt der Schutz des Spenders im Vordergrund.

Was sagt die Statistik, wenn wir fragen, wie hoch der Anteil bei Organspenden bei der Niere ist.

Kurz gesagt. Nehmen wir die Jahre 2020/2021.

Gesamte Organspende: 2020 - 3.581 davon 1.901- mal Niere und 450 Nierenlebendspende  
2121 - 3.508 davon 1.992- mal Niere und 475 Nierenlebendspende

Am Anfang steht ein Aufklärungsgespräch. Verläuft dieses positiv mit den Partnern, werden doch eine ganze Reihe von Voruntersuchungen erforderlich sein.

Aber, wir kennen alle diese Verfahrensweise gut genug.

Ein letztes Wort zu Covid-19.

Es ist bekannt, dass die Deutsche Gesellschaft für Nephrologie (DGfN) für die Früherkennung chronischer Nierenerkrankungen stark macht.

Dazu gab es ein Faltblatt zum Welt nierentag 2022.

Es heißt unter anderem, »Covid-19 geht im wahrsten Sinne des Wortes an die Nieren und kann zu empfindlichen Störungen des Entgiftungsorgans durch Nierenfibrosen mit gravierender Beeinträchtigung der Nierenfunktion führen«, oder, »Je schwerer die Erkrankung, desto höher die Wahrscheinlichkeit, dass die Nieren Schaden nehmen.« warnt Univ.-Prof. Dr. med. Weinmann-Menke der Universitätsmedizin Mainz.

SARS-CoV-2 sei eine besondere Gefahr für das lebenswichtige Entgiftungsorgan: Die DGfN unterstreicht, dass die Covid-19-Schutz-Impfung das Risiko von Folgekomplikationen durch Nierenschäden mindern kann.

(Entnommen der Pharmazeutische Zeitung 10.03.2022)

Es gibt aber immer noch Meinungen, die von einer allgemeinen Impfung abraten.

Denken wir an die Risikogruppen, bei schweren COVID-19-Verläufen.

- ältere Personen (stetig steigendes Risiko für einen schweren Verlauf ab etwa 50–60 Jahren; 85% der in
- stark adipöse Menschen
- Personen mit bestimmten Vorerkrankungen, ohne Rangfolge:
  - des Herz-Kreislauf-Systems (z. B. koronare Herzerkrankung und Bluthochdruck)
  - chronische Lungenerkrankungen (z. B. COPD)
  - chronische Nieren- und Lebererkrankungen oder
  - Patienten mit geschwächtem Immunsystem (z. B. aufgrund einer Erkrankung, die mit einer Immunschwäche einhergeht oder durch die regelmäßige Einnahme von Medikamenten, die die Immunabwehr beeinflussen und herabsetzen können, wie z. B. Cortison)

Irgendwo finden wir uns an einem Punkt wieder.

Aber, Impfungen bei COVID-19-Patienten sollen erst nach vollständiger Genesung und frühestens 4 Wochen nach dem letzten positiven PCR-Befund erfolgen.

Hierzu gibt es Empfehlungen für Impfungen vor Organtransplantation und vor Organtransplantation.

Kurz einige Beispiele: Pneumokokken-Impfung als Standardimpfung (≥ 60 Jahre) mit einer Wiederholung alle 6 Jahre

Grippeimpfung als Standardimpfung: alle Personen ab 60 Jahre, hier besonders Patienten mit chronischen Krankheiten der Atmungsorgane

(inklusive Asthma und COPD)

chronische Herz-Kreislauf-, Leber-, Nierenkrankheiten mit angeborene oder erworbene Immunschwäche bzw.

Immunsuppression

zum Schluss, Impfung gegen Herpes zoster (Gürtelrose) ab 60 Jahren als Standardimpfung und als Indikationsimpfung, Personen ab 50 Jahren, mit Grunderkrankungen, z.B. chronische Nierenschwäche, Immunschwäche/-suppression, chronischen Lungenerkrankungen (COPD, Asthma), chronisch-entzündliche Darmerkrankungen

Ohne Impfung, erkranken 33 Erwachsene von 100 Personen und mit Impfung erkranken 3 Erwachsene von 100 Personen.

Wir sehen, mit einer Impfung, können wir einen besseren Start machen.

Aber wie die Menschen so sind.

Es gibt trotzdem noch genügend Fanatiker die absolut gegen eine Impfung sind.

Egal welche.

Unser Blick geht nach vorn. Bloß gut, dass wir nicht die Zukunft voraussagen können.

Horst Gördel