

Schadet nicht nur der Strandfigur

Gewichtszunahme evtl. ein Risikofaktor für Niereninsuffizienz?

Waldberg (24. Juni 2018) - Umfasst eine kausale Studie, die in der September-Ausgabe des wissenschaftlich hochrenommierten „Journal of the American Society of Nephrology“ (JASN) erschienen wird, ist nicht nur Pflanzlichkeit, sondern bereits eine „überhörsame“ Gewichtszunahme (1 5,7 kg/Jahr) ein Risikofaktor für eine chronische Nierenkrankung.

Während Adipositas (BMI > 30) und hohes Übergewicht (BMI 25-30) schon lange mit der Entstehung und Progression der chronischen Niereninsuffizienz in Verbindung gebracht wird - insbesondere durch das „metabolische Syndrom“ (Diabetes Typ 2 („Glukoseintoleranz“) - zeigt die neue Studie, dass bereits moderate Gewichtszunahmen bei Normalgewichtigen das Risiko, an Nierenversagen zu erkranken, verdoppelt.

Die kausale Studie wertete die 18wöchig durchgeführten Beobachtungsstudie von 8.700 (in Kalifornien) gewunden Adipösen aus, es zeigte sich, dass diejenigen, die mehr als 5,7 kg pro Jahr zugenommen hatten, ein signifikant erhöhtes Risiko für die chronische Niereninsuffizienz hatten als die, die ihr Gewicht weitestgehend hielten (1/1-0,25 kg/Jahr). Selbst nachdem genau spezifische Risikofaktoren wie Diabetes oder Hochdruck entfernt wurde, war der Zusammenhang zwischen dem Übergewicht und Niereninsuffizienz. Somit wird die Zunahme des Körpergewichts als ein unabhängiger Risikofaktor zu werten.

Die neue Gewissheit kommt aus der Erkenntnis ist, dass die Krankheitsrisiko nicht durch steigt, wenn sich die Gewichtszunahme innerhalb des Normalbereichs (BMI 18-25) abspielt, der BMI wie auch andere Faktoren wie Alter, Raucherstatus und Lipid- und Blutzuckerwerte hatten keine Wirkung auf das Ergebnis.

Erstmalig war, dass die Studie nicht nur bei der Gewichtszunahme, sondern auch bei der Gewichtszunahme um mehr als 5,7 kg/Jahr ein erhöhtes Risiko feststellte. Die Autoren sehen die Gewichtszunahme jedoch per se nicht als Risikofaktor, sondern interpretieren, dass eine Gewichtszunahme häufig in Zusammenhang mit anderen Erkrankungen steht, die wiederum auch die Nierenfunktion negativ beeinflussen können.

Die Studie ist bereits online unter [www.kidney.org](#) einsehbar.

Die Verantwortlichen für Nephrologie ist jedoch dazu, diese Studienergebnisse generell als Hinweis zu interpretieren, wie Professor Dr. Galle ausführt. Zum einen sei es notwendig, die Ergebnisse einer 18wöchigen Beobachtung auf Europa zu übertragen (andere Ernährungsgewohnheiten etc.). Ein anderer Punkt ist ein „Metabolisches Problem“ zum Beispiel: Die meisten Gewichtszunahmen bei den Patienten, die an Diabetes erkrankt sind, sind durch Übergewicht ein Risikofaktor der Erkrankung ist, sondern könnte bereits ein weiteres Symptom eines nicht-regulierten Metabolismus darstellen. Die Autoren empfehlen per 3 pro Jahr eine Lipid- und Blutzuckerkontrolle und zu klären die Gewichtszunahme auf eine Nierenfunktionsstörung in Europa über - die Zunahme im Übergewicht aber nicht als Risikofaktor, sondern lediglich ein weiteres Zeichen, dass die Nieren nicht mehr ausreichend arbeiten.

Bei nicht wirksamen Gewichtszunahmen sollte daher darüber der Hausarzt konsultiert werden, damit ein Metabolismusproblem durchgeklärt und so eine chronische Nierenkrankung ausgeschlossen werden kann.

Und generell gilt natürlich, dass Nierenversagen, stark Übergewichtige Menschen ihr Gewicht auf jeden Fall reduzieren sollten, da Pflanzlichkeit ebenfalls mit der chronischen Niereninsuffizienz korreliert - und einen überhörsamen und in diesem Sinne des Wortes gewichtigen Risikofaktor darstellt. Neben Übergewicht zu reduzieren, hilft nicht nur der Strandfigur, sondern auch der Nierenfunktion.

Quelle: Pressemitteilung der Gesellschaft für Nephrologie vom 24.06.2018 (JB)