

# Gemeinsam für die Gesundheit unserer Nieren



**13. März 2025**

Am 13. März 2025 findet traditionell der Weltnierentag statt - wie jedes Jahr am zweiten Donnerstag im März. Diesen Tag nutzen die von einer chronischen Nierenkrankheit Betroffenen und ihre Angehörigen, um das Bewusstsein für chronische Nierenkrankheiten zu schärfen und die Bedeutung von Früherkennung und Prävention in der Bevölkerung hervorzuheben. Die medizinischen Fachgesellschaften haben die 20er-Jahre zum „Jahrzehnt der Niere“ erklärt. Denn in den letzten Jahren hat sich gezeigt, dass die Zahl der Menschen die an Nierenerkrankungen leiden, stetig ansteigt. Daher ist es entscheidend, dass wir gemeinsam handeln um diese Entwicklung zu stoppen.

## **Früherkennung und Prävention: Ein gemeinsames Ziel**

Chronische Nierenkrankheiten sind oft asymptomatisch und werden häufig erst in fortgeschrittenen Stadien erkannt. Daher ist die Früherkennung von größter Bedeutung. Regelmäßige Gesundheitschecks, insbesondere für Risikogruppen wie Diabetiker und Menschen mit Bluthochdruck, können entscheidend sein. Jeder Einzelne kann aktiv zur Prävention beitragen, indem er auf eine ausgewogene Ernährung achtet, ausreichend Wasser trinkt, regelmäßig Sport treibt und auf den Konsum von Alkohol und Tabak verzichtet und die Einnahme bestimmter Medikamente ärztlich überwachen lässt.

## **Die Rolle der Selbsthilfe**

Auf regionaler Ebene spielt die Selbsthilfe eine zentrale Rolle im Umgang mit chronischen Nierenkrankheiten. Selbsthilfegruppen bieten Betroffenen und ihren Angehörigen nicht nur emotionale Unterstützung, sondern auch wertvolle Informationen und Ressourcen. Unser Selbsthilfeverein Dialysepatienten und Transplantierte Chemnitz e.V. bietet seit 1991 Unterstützung und Hilfe für chronisch Nierenkranke Menschen und ihre Angehörigen an. Wir sind Mitglied im bundesweiten Selbsthilfenetzwerk Bundesverband Niere e.V. ([www.bundesverband-niere.de](http://www.bundesverband-niere.de)). Dieser vertritt Deutschlands Nierenpatienten, Dialysepatienten, Transplantierte, Angehörige sowie pflegerisches und ärztliches Fachpersonal in ca. 130 regionalen Selbsthilfegruppen mit ca. 14.000 Mitgliedern im Gesundheitswesen. Gemeinsam setzen wir uns dafür ein, die Gemeinschaft der Betroffenen zu stärken und ihnen eine Stimme zu geben. Durch Aufklärungskampagnen, Informationsveranstaltungen und den Austausch von Erfahrungen wird das Bewusstsein für Nierengesundheit gefördert.

## **Gemeinsam stark für die Nierengesundheit**

Wir laden alle ein, sich am Weltnierentag zu beteiligen und aktiv für die Gesundheit unserer Nieren einzutreten. Ob durch die Teilnahme an lokalen Veranstaltungen, das Teilen von Informationen in sozialen Medien oder der lokalen Presse oder das Engagement in Selbsthilfegruppen – jeder Beitrag zählt. Lassen Sie uns gemeinsam das Jahrzehnt der Niere gestalten und die Prävention sowie Früherkennung von chronischen Nierenkrankheiten in den Fokus rücken.

Für weitere Informationen und Unterstützung stehen wir Ihnen jederzeit zur Verfügung.

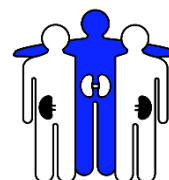
Kontakt:

**Dialysepatienten und Transplantierte Chemnitz e. V. Bürgerstraße 2, 09113 Chemnitz**

**Tel.: 0371 333 42469**

**Mail: [kontakt@dtcev.de](mailto:kontakt@dtcev.de)**

**Internet: [dtcev.de](http://dtcev.de)**



Ende der Pressemeldung