

# Wenn der Nierenstein zum Notfall wird

Jeder zehnte Mensch hat mindestens einmal im Leben mit Nierensteinen zu kämpfen. Sie können in den Harnleiter rutschen und höllische Schmerzen verursachen. Die Patienten landen oft per Sanka in der Klinik. Was genau passiert, wenn der Nierenstein zum Notfall wird, berichten ein Münchner und sein Arzt in unserer Zeitung.

VON ANDREAS BEEZ

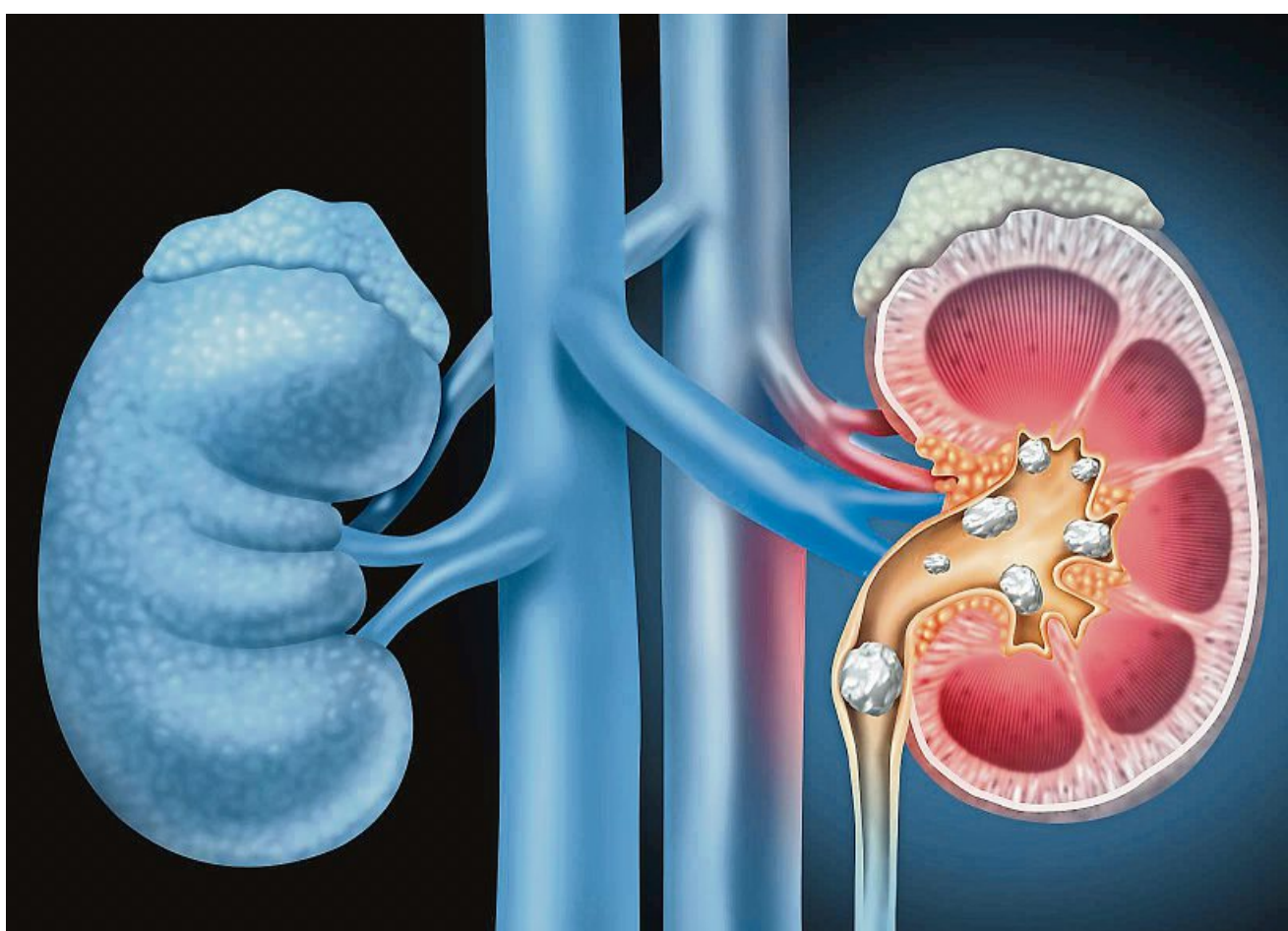
**München** – Der unentdeckte Störenfried war kaum größer als eine Kichererbse, aber Ryszard Adlag (67) war alles andere als zum Lachen zumute: „Ich saß gerade in meinem Boot beim Angeln, als ich plötzlich starke Bauchschmerzen bekam. Sie breiteten sich schnell auf die gesamte linke Körperflanke aus und zogen bis hinunter in den Hoden. Es war gruselig!“

Zu Hause nahm der 67-jährige Münchner erst mal eine Schmerztablette, doch das Ibuprofen half nicht – im Gegenteil. „Die Beschwerden wurden immer heftiger. Es war ein ganz komischer Dauerschmerz, breit und drückend. Ich wusste gar nicht, was auf einmal mit mir los ist, diese Attacke kam ja wie aus dem Nichts. Sie hat mich richtig verunsichert.“ Drei Stunden später hielt Adlag die Schmerzen nicht mehr aus. Er rief den Sanka und landete nach Mitternacht in der Notaufnahme des LMU Klinikums in Großhadern.

## „Wie ein Korken auf dem Abfluss“

Dort konnte er den Ärzten die Schmerzstelle gar nicht genau beschreiben. „Das ist ganz typisch“, weiß Urologe Dr. Michael Chaloupka vom LMU-Klinikum. „Patienten mit Harnleitersteinen können oft nicht mal mit dem Finger darauf zeigen, wo es ihnen am meisten wehtut.“ Für den Großhaderner Spezialisten erhärtete sich der Stein-Verdacht schnell. Bei einer Ultraschalluntersuchung kristallisierte sich ein Flüssigkeitsstau heraus, der Urin konnte nicht abfließen. „Vereinfacht erklärt, wirkt der Stein wie ein Korken auf dem Abfluss.“ Eine Computertomografie (CT) brachte Klarheit über die genaue Lage des Steins, der den Harnleiter verstopfte.

Dadurch bekam Adlag eine heftige Nierenkolik. „Es waren furchtbare Schmerzen.



**Schmerzhafte Kettenreaktion:** Nierensteine können in den Harnleiter rutschen und diesen verstopfen. FOTO: SHUTTERSTOCK



**Dieser dünne Schlauch nahm mir die Schmerzen:** Ryszard Adlag zeigt die Harnleiterschleife. FOTOS (2): GÖTZFRIED

Immer wenn ich dachte, sie ließen nach, kamen sie in Wellen wieder.“ Auslöser war ein Harnstau. Um ihn zu lösen, entschieden sich die Ärzte für das Anlegen einer sogenannten DJ- oder Harnleiterschleife. „Dabei handelt es sich um ein biegsames, dünnes Plastikröhrchen“, erklärt der Urologe. „Es wird durch die Harnröhre in die Blase eingeführt und von dort durch den Harnleiter am Stein vorbei in die Niere geschoben. Dadurch kann der Urin abfließen, und der Überdruck löst sich auf.“

Der Eingriff dauert nur etwa zehn Minuten. Als Patient

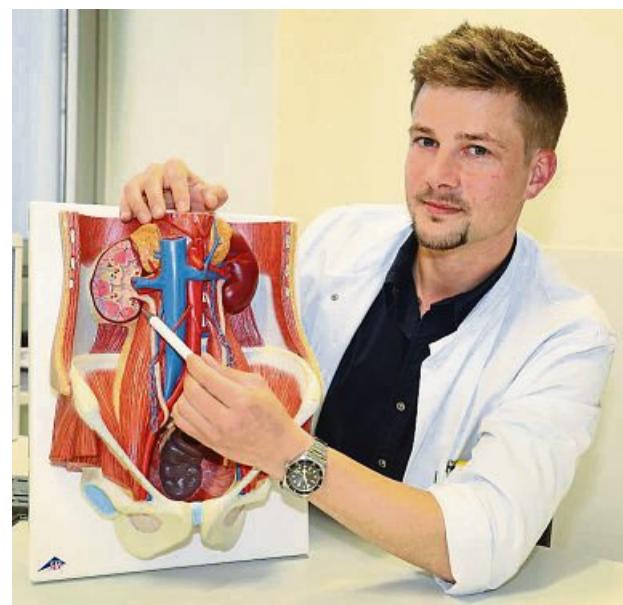
Adlag aus der kurzen Vollnarkose erwachte, verspürte er kaum noch Schmerzen. „Ich konnte es kaum glauben, das war wie ein Wunder.“

## Harnleiterschleife dient als Interimslösung

Die DJ-Schiene ist allerdings nur eine Interimslösung. „Viele Patienten fragen, warum wir nicht gleich den Stein entfernen. Aber das geht leider nicht. Denn der Harnleiter ist durch den Stein derart verengt, dass die Verletzungsgefahr beim Entfernen zu groß wäre“, erklärt der Großhaderner Chefurologe Prof. Christian Stief. Von

seinem Team im LMU-Klinikum werden jährlich etwa 200 bis 300 Patienten mit Nierensteinen behandelt. Wenn sie mit einer DJ-Schiene versorgt werden, dürfen sie in der Regel am Tag danach die Klinik verlassen und kommen zur weiteren Behandlung wieder, wenn sich das strapazierte Gewebe beruhigt hat. „Es dauert etwa zehn Tage, bis sich der Harnleiter wieder ausreichend geweitet hat“, ergänzt Stiefs Nierenstein-Spezialist Chaloupka.

Theoretisch kann die DJ-Schiene bis zu drei Monaten im Körper verbleiben. „Doch so lange warten wir in der Re-



**Hier sorgen Steine für Schmerzen:** Urologe Dr. Michael Chaloupka zeigt an einem Modell Niere und Harnleiter.

gel nicht mit der Entfernung, weil nach einiger Zeit auch die Infektionsgefahr steigt.“

Auch bei Patient Ryszard Adlag wurden die DJ-Schiene und der Nierenstein einige Wochen später sozusagen in einem Aufwasch entfernt – erneut während einer kurzen Vollnarkose. Im wachen Zustand wäre der Eingriff zu schmerzhaft gewesen.

## Störenfried in kurzer Vollnarkose entfernt

„Wir konnten den Stein endoskopisch bergen. Dabei wird eine dünne flexible Kamera durch die Harnröhre eingeführt. An der Spitze be-

findet sich eine Optik, die Bilder aus dem Inneren des Harnleiters auf einen großen Monitor überträgt. Mit einer filigranen Drahtschlinge, die man sich wie ein Transportkörbchen vorstellen kann, fangen wir den Stein praktisch ein und ziehen ihn heraus“, erklärt Urologe Chaloupka.

Wenn der Stein zu groß ist, um ihn als Ganzes entfernen zu können, wird er zunächst mithilfe einer Laserfaser zertrümmert. Die Bruchstücke werden anschließend im selben Eingriff abtransportiert. „Manchmal kann bei sehr großen Steinen auch eine minimalinvasive OP mit einem kleinen Schnitt erforderlich sein“, berichtet Klinikdirektor Stief. „Eine größere offene Operation zur Entfernung von Nierensteinen ist heute nur noch sehr selten nötig.“

## Trinken und bewegen, um Stein loszuwerden

Oft bleibt den Patienten auch ein endoskopischer Eingriff erspart – meist dann, wenn ihnen kleinere Steine bis zu einem Durchmesser von fünf bis zehn Millimetern zu schaffen machen. „In etwa 40 Prozent der Fälle gelingt es dem Körper, den Stein selbst durch Muskelkontraktionen loszuwerden. Die Patienten können diesen Prozess unterstützen, indem sie sich viel bewegen und viel trinken“, weiß Chaloupka. Mitunter verordnen die Mediziner auch Medikamente. Sie können helfen, die Steine aufzulösen. Das kann allerdings einige Tage, manchmal sogar Wochen dauern.

Eine weitere Variante ist die Stoßwellentherapie, abgekürzt ESWL. „Dabei wird ein Schallkopf auf der Haut angesetzt, um den Stein von außen über zielgerichtete Stoßwellen zu zertrümmern. Allerdings kann der Abgang der Steinfragmente nochmals eine Kolik verursachen und in manchen Fällen sind mehrere, teils schmerzhafte Sitzungen notwendig“, erläutert Stein-Spezialist Chaloupka. „Insgesamt wird die ESWL in den letzten Jahren stetig durch endoskopische Verfahren mit deutlich besserer Steinfreiheitsrate ersetzt.“

In jedem Fall fühlt es sich für die Patienten wie eine Erlösung an, wenn sie ihre Nierensteine wieder los sind. „Solche Schmerzen wünsche ich meinem ärgsten Feind nicht“, sagt Ryszard Adlag. „Ich bin heilfroh, dass ich den Störenfried nicht mehr ertragen muss.“

## MEDIKAMENTE

### Herzstiftung: Auf Statine nicht verzichten!

**Frankfurt** – Zur Senkung hoher Cholesterinwerte werden Statine als Mittel der Wahl eingesetzt, da sie wirksam vor Herzinfarkt und Schlaganfall schützen. Doch Berichte über Nebenwirkungen verunsichern viele Patienten – zumal der Nutzen der Medikamente in den Blutgefäßen nicht unmittelbar spürbar ist.

Warum die Sorge meist unnötig ist und wie sich ein Großteil der Nebenwirkungen durch eine gute Einstellung der medikamentösen Therapie verhindern lässt, erklärt Herzspezialist Prof. Dr. Ulrich Laufs vom Wissenschaftlichen Beirat der Deutschen Herzstiftung in der neuen Podcast-Folge „Statine & Co. gegen hohes Cholesterin. Wie sicher sind Medikamente?“ der Herzstiftung. „Durch kontrollierte Studien über mehrere Jahrzehnte können wir sagen, dass Statine sehr sicher und gut verträgliche Medikamente sind“, erklärt



**Herzspezialist** Prof. Ulrich Laufs von der Herzstiftung.

der Herz-Spezialist vom Uniklinikum Leipzig. Die neue Podcast-Episode ist abrufbar unter: [www.herzstiftung.de/wichtiges-wissen-cholesterin](http://www.herzstiftung.de/wichtiges-wissen-cholesterin).

Ein hoher LDL-Cholesterinspiegel lässt sich bei den meisten Betroffenen mit Lebensstilmaßnahmen wie einer gesunden Ernährung nicht ausreichend senken. Helfen die Maßnahmen nicht, sind Statine die ersten Mittel der Wahl. Doch trotz der guten Studienlage zu Statinen stehen manche Menschen den Medikamenten skeptisch gegenüber. Dass so häufig über Nebenwirkungen, insbesondere über Muskelschmerzen, berichtet wird, liegt aber nicht immer an den Statinen. „Muskuloskeletale Probleme treten in höherem Alter generell häufiger auf“, erklärt Laufs. Nicht immer seien die Statine Ursache für die Beschwerden.

### Hohes Cholesterin tut nicht weh

„Die Problematik liegt darin, dass ein hoher Cholesterinspiegel – ähnlich wie ein hoher Blutdruck, Zigaretten-Rauchen oder hoher Blutzucker – im Gefäß nicht wehtut“, erläutert der Kardiologe. Auf lange Sicht fühlen sich Betroffene aber durchaus besser, wenn der Cholesterinspiegel und weitere Risikofaktoren gut eingestellt sind. Daher sollten Patienten bei Problemen die Statine keinesfalls einfach weglassen. „Ein cholesterinsenkendes Medikament abzulehnen, kann fatale Folgen haben, weil dadurch der Schutz vor Infarkten und anderen Komplikationen wegfällt.“

Treten tatsächlich Nebenwirkungen auf, lässt sich in den allermeisten Fällen durch einen Wechsel des Statins eine sorgfältige Einstellung der Dosierung oder eine Kombinationstherapie eine Medikation finden, die gut vertragen wird.

# Die Störenfriede, die schlimme Schmerzen verursachen können

## Wie entstehen die Steine?

„Die Niere ist wie ein feines Sieb“, erklärt Urologe Dr. Michael Chaloupka. „Wenn dieser Filter nicht richtig funktioniert, Urin nicht richtig abfließt bzw. zu lange steht, dann kristallisieren sich Steine heraus. Sie entstehen zwar alle in der Niere, machen oft aber erst Probleme, wenn sie hinab ins Nierenbecken und vor allem in den Harnleiter rutschen. Auch durch Bakterien und chronische Entzündungsprozesse können sich Steine bilden.“ In 80 Prozent der Fälle bestehen sie aus Kalzium, haben eine dunkle, fast schwarze Farbe. Etwa jeder zehnte ist entweder ein Harnsäurestein oder aus dem Minerale Struvit.

## Wie groß können Nierensteine werden?

Manche sind nur so groß wie ein Stecknadelkopf, einige erreichen allerdings sogar ei-

nen Durchmesser von vier Zentimetern – oder in seltenen Fällen sogar noch mehr.

## Ab welcher Größe werden Nierensteine behandelt?

Wenn die Steine nicht größer als fünf Millimeter sind, wandern sie meist von selbst in die Blase. Bei einer Größe

von fünf bis zehn Millimetern wird etwa jeder zweite Stein von selbst ausgeschieden. Exemplare über zehn Millimeter müssen meistens behandelt werden.

## Welche Menschen sind besonders gefährdet?

Nierensteine können in je-

dem Alter lästig werden, auch bei Kindern. Am häufigsten entstehen Sie im Alter zwischen 40 und 60 Jahren. Männer haben ein höheres Risiko als Frauen.

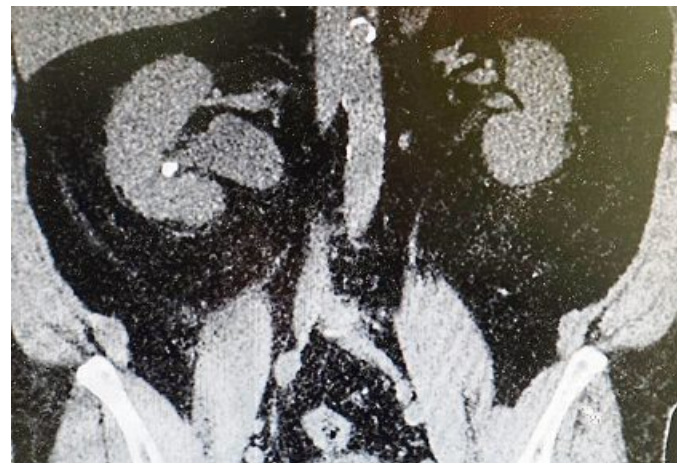
## Wie kann man Nierensteinen vorbeugen?

„Die beiden größten Risiko-

faktoren sind eine zu geringe Trinkmenge und ein zu hoher Salzkonsum. Viel Salz steckt z. B. in rotem Fleisch, Fertigprodukten und Käse“, weiß Chaloupka.

So war es auch bei seinem Patienten Adlag. „Als Metzger habe ich ein Leben lang viel und oft Schweinefleisch geges-

sen.“ Auch Übergewicht kann die Bildung von Nierensteinen fördern. Wer schon mal mit einem Stein zu kämpfen hatte, der muss besonders auf der Hut sein. Rein statistisch gesehen hat jeder zweite Patient innerhalb von fünf Jahren erneut einen solchen ungebeten Gast. **ANDREAS BEEZ**



**Kleiner weißer Fleck:** Ein Nierenstein (links oben) im CT.



**Störenfriede aller Größenordnungen:** So sehen Nierensteine aus. FOTOS: GÖTZFRIED, PANTHER MEDIA