

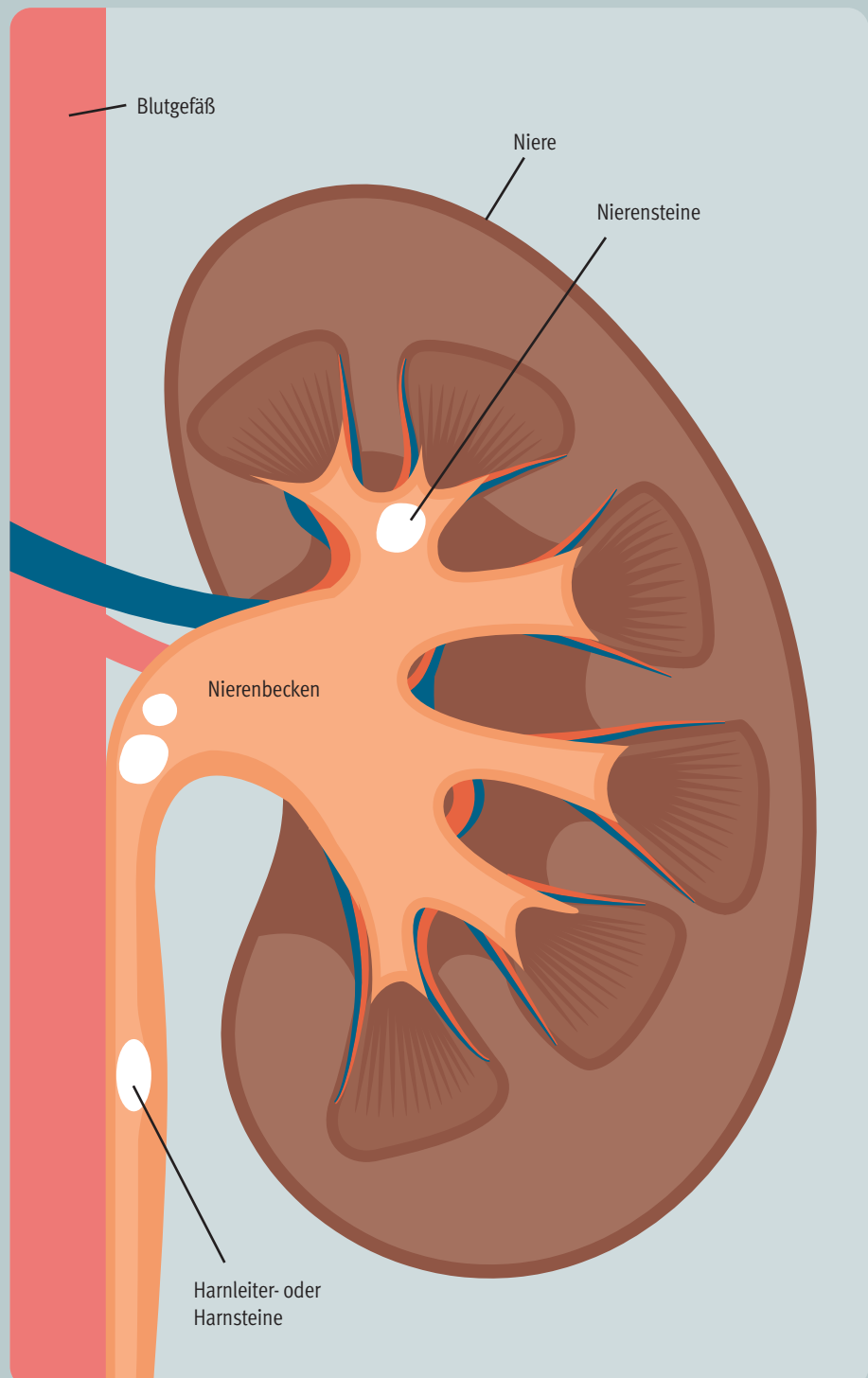
Höllenqualen durch Nierensteine:

5 Tipps, die Ihrem Pflegekunden helfen

Hatte auch einer Ihrer Pflegekunden schon einmal eine Nierenkolik? Dann wissen Sie, dass Betroffene meist unter starken Schmerzen leiden. In diesem Beitrag erfahren Sie, was Sie pflegerisch beachten sollten, wenn einer Ihrer Pflegekunden unter Nieren-, Harnleiter- oder Harnsteinen leidet.

Nieren-, Harnleiter- oder Harnsteine

Nierensteine sind kleine, feste Ablagerungen, die sich im Nierenbecken bilden. Sie bestehen aus Mineralsalzen, die normalerweise im Urin gelöst sind und mit diesem aus dem Körper ausgeschwemmt werden. Bei einer zu hohen Konzentration bilden sie Kristalle, an deren Oberfläche sich immer mehr Salze ablagern, sodass unterschiedlich große Steine entstehen. Gelangen diese in den Harnleiter, spricht man von Harnleiter- oder Harnsteinen.

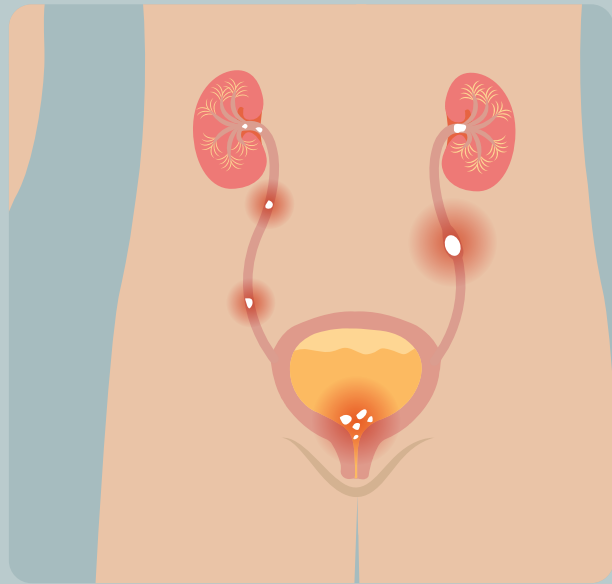




Nicht jeder Stein verursacht Schmerzen

Ob Nieren-, Harnleiter- oder Harnsteine Beschwerden auslösen, hängt davon ab, wo sich der Stein genau befindet und wie groß er ist.

- **Kleine Steine** gelangen rasch vom Nierenbecken in den Harnleiter und von dort weiter zur Blase. Dabei reizen sie das Nierenbecken und die Innenwände des Harnleiters. Dies kann zu punktuellen Blutungen führen, die den Urin verfärben. Beschwerden lassen sich häufig mit Schmerzmitteln, ausreichender Flüssigkeitszufuhr und Geduld lindern, bis die Steine ausgeschieden sind.
- **Größere Steine** können am Ausgang des Nierenbeckens stecken bleiben oder nur langsam durch den Harnleiter wandern. Dies verursacht starke Schmerzen, Harnstau und eine Nierenkolik. Je nach Größe können Medikamente, die die Muskulatur entspannen, das Ausscheiden der Steine unterstützen. Manchmal ist jedoch eine Zertrümmerung durch Schallwellen oder ein operativer Eingriff notwendig.



Diese Symptome treten auf

- Viele Menschen haben Nierensteine, die keine Beschwerden verursachen. Mitunter verspüren Betroffene lediglich ein leichtes Ziehen im Bereich der Nieren oder der Nierengegend (häufig in den Flanken), ohne dies sofort mit einem Stein in Verbindung zu bringen. Erst wenn ein Stein das Nierenbecken blockiert oder durch den Harnleiter wandert, macht er sich bemerkbar.
- Das Hauptsymptom sind Schmerzen, die von leichtem Unwohlsein bis hin zu starken, krampfartigen Schmerzen reichen. Je nach Lage des Steins können sie im Unterleib, Bauch, Rücken oder in den Flanken auftreten.

Nierenkolik: Heftige Schmerzen

Besonders heftig werden die Schmerzen, wenn ein Stein eine Engstelle im Harnleiter passiert, etwa beim Übergang vom Nierenbecken in den Harnleiter oder beim Eintritt in die Harnblase. Typisch sind plötzlich einsetzende, anfallartige Schmerzen in der Seite, die in den Unterbauch ausstrahlen können. Diese sogenannte Nierenkolik kann 20–60 Minuten andauern.

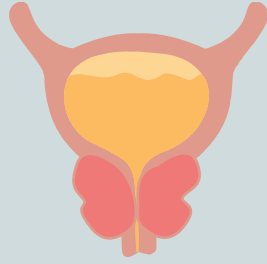


HINWEIS: Viele Symptome können auch auf andere Erkrankungen wie Harnwegsinfekte, Niereninsuffizienz oder eine beginnende Inkontinenz hindeuten.



Das sind die Risikofaktoren für Nierensteine

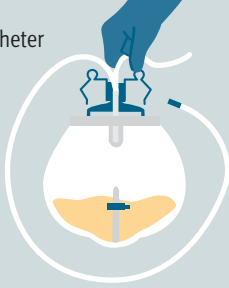
Harnabflussstörungen
z. B. durch Prostataver-
größerung, neurogene
Blasenentleerungsstö-
rung, neurologische Er-
krankungen (z. B. MS),
Harnwegsinfektion



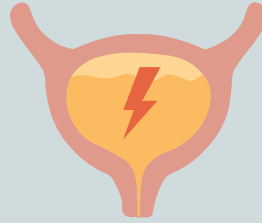
Osteoporose mit einer
vermehrten Kalzium-
freisetzung aus den
Knochen ins Blut



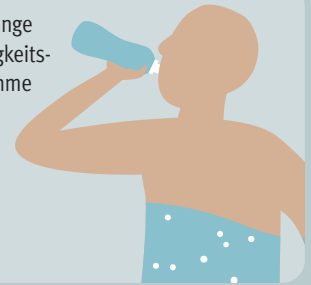
Dauerkatheter



Verletzungen der Blase



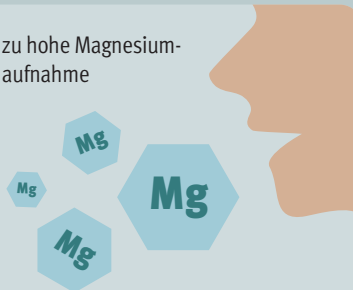
zu geringe
Flüssigkeits-
aufnahme



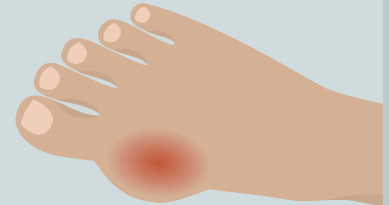
einseitige Ernährung mit zu viel
Fleisch- und Milchprodukten



zu hohe Magnesium-
aufnahme



Gicht



Das sind die Symptome bei Nierensteinen

- Blutbeimengung im Urin
- geringe Harnausscheidung, wenn der Stein den Urinabfluss behindert
- plötzliche und unerträgliche Schmerzen im Nierenbereich, häufig wellenförmig und krampfartig
- Schmerzen strahlen teilweise in die Genitalien, zur Harnblase und in den Rücken aus.
- gekrümmte Körperhaltung
- Harndrang, schmerzhaftes Urintröpfeln
- Druckschmerzen im Nierenbereich
- Kopfschmerzen
- Appetitlosigkeit, Übelkeit und Erbrechen, Obstipation
- gesteigerter Bewegungsdrang
- Schmerzen beim Wasserlassen

Die Flanken – ein typisches Schmerzareal

Als Flanken bezeichnet man die seitlichen Bereiche des Rückens zwischen den unteren Rippen und dem Beckenkamm. Dort liegen die Nieren. Deshalb werden Schmerzen in dieser Region oft mit Nierenerkrankungen wie Steinen, Infektionen oder Entzündungen in Verbindung gebracht. Sie können jedoch auch muskuläre oder orthopädische Ursachen haben.



Beitrag auch mehrsprachig unter
<https://durchblick-pflege.de>



19



WEITERBILDUNG KOMPAKT

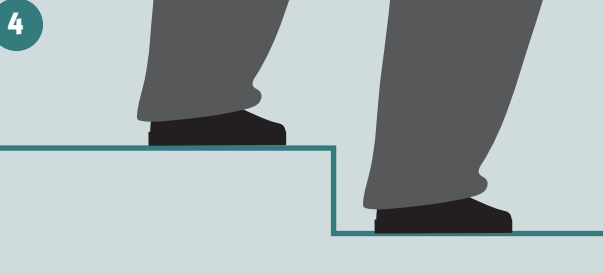
Mit diesen 5 Maßnahmen helfen Sie Ihrem Pflegekunden

- 1 Schmerzen ernst nehmen:** Bei kolikartigen Beschwerden informieren Sie sofort eine Pflegefachkraft oder die PDL, die den Arzt kontaktiert. Dieser entscheidet, ob Ihr Pflegekunde ins Krankenhaus eingewiesen werden soll oder ob zunächst Schmerzmittel und Beobachtung ausreichen.



- 2 Flüssigkeitszufuhr fördern:** Lassen Sie Ihren Pflegekunden über den Tag verteilt etwa 2,5 Liter trinken – sofern keine Kontraindikation vorliegt. Die Pflegefachkraft muss dies mit dem Arzt absprechen.

- 3 Entlastende Lagerung anbieten:** Unterstützen Sie Ihren Pflegekunden dabei, eine für ihn angenehme Position einzunehmen.



- 4 Bewegung unterstützen:** Wenn möglich, regen Sie Ihren Pflegekunden zur Bewegung an – Treppensteigen kann den Abgang eines Steins fördern.

- 5 Wärme gezielt einsetzen:** Bieten Sie Wärmeanwendungen (z. B. Wärmflasche) nur nach ärztlicher Rücksprache an, da Wärme bei entzündlichen Prozessen kontraindiziert ist.

