

Die Nieren

Das Organ der Individualisierung

Die Organe des Menschen sind einerseits abgeschlossene Gebilde, die sich in ihrer Funktion unterscheiden. Andererseits sind sie vor allem auf dem Blut- und Nervenwege miteinander verbunden. Die Organe verhalten sich ähnlich wie die Teile einer Herde. Sie sind relativ selbständig, ordnen sich jedoch dem Gesamtorganismus unter.

Dieses Zusammenspiel macht die Medizin spannend und lässt das Analysieren der Symptomauslöser zu einem Krimi werden. So, wie die Milz der Energiebringer der Bauchspeicheldrüse ist, finden wir häufig die Knoten der Gebärmutter später auch in der Schilddrüse wieder. Die Wut der Galle macht einen dicken Hals, lässt die Schilddrüse anschwellen und verändert die Stimme.

In diesem Beitrag gehe ich auf verschiedene Aspekte der Niere ein, beschreibe die wichtigsten Laborparameter, zeige mögliche Wege zur Gesundheit auf und erläutere, warum die Niere das Organ der Individualisierung ist.

Entwicklung der Nieren

Während der Embryonalzeit entwickelt sich die Niere als einziges Organ an drei verschiedenen Orten. Sie beginnt im Halsbereich und wandert über die Brust ins Becken, um dann wieder zu ihrer eigentlichen Position hochzusteigen. In der Medizin nennt man diese drei Stationen: Vor-, Ur- und Nachniere. Mir ist in der Praxis aufgefallen, dass Menschen mit einer Nierenschwäche häufig auch das Problem haben, „ihren“ Ort zu finden. Sie wandern umher und suchen ihr eigenes, inneres Zuhause. Unterwegs und an anderen Orten fühlen sie sich meistens wohler. In der Homöopathie wird dieses Phänomen als „Reisen bessert“ beschrieben.

Anatomische Analogie

Vergleichen wir im Kopfbereich Ohren, Ohrtrompete (Eustachische Röhre) und Rachen mit Nieren und Blase, ist eine ähnliche Anatomie unverkennbar.

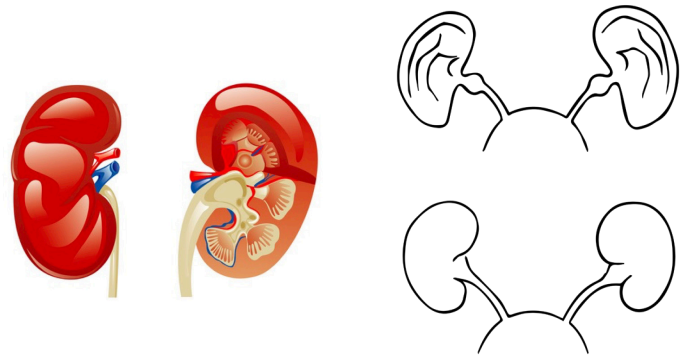


Abb 1: Analogie Nieren mit Ohren

Das Ohr steht über die Ohrtrompete mit dem Rachen in Verbindung. Das entspricht in der unteren Region die Verbindung von Niere und Nierenbecken mit der Blase durch den Harnleiter. Die Nieren befinden sich außerhalb des Bauchraums und die Ohren außerhalb des Kopfes, sie überschreiten die Kopfgrenzungen.

Die äußere Form von Ohr und Niere ist sehr ähnlich. Das kann zunächst wie eine Analogie-Spielerei wirken. Es gewinnt aber einen sehr realistischen Aussagewert durch die noch nicht lange bekannte Tatsache, dass bei Neugeborenen mit Missbildungen eines Ohres die gleichseitige Niere kontrolliert wird. Diese ist dann ebenfalls häufig missgebildet. Die Äußerlichkeit ist also kein Zufall, sondern spricht für eine Verwandtschaft zwischen Ohr und Niere. In der Traditionellen chinesischen Medizin ist das Ohr der Öffner des Funktionskreises Niere/Blase. Häufige Mittelohrentzündungen bei Kindern ist somit ein Zeichen der Nierenschwäche. Außerhalb der akuten Phase kann dann zur Stabilisierung der oberen Luftwege und der Nieren *Silicea comp.* (Wala) gute Dienste leisten.

Aufgabe der Nieren

Die Nieren werden in der Literatur allgemein als „das Ausscheidungsorgan“ dargestellt. Denn in den unzähligen, feinen Nierenkanälchen herrscht reges Treiben. Hier wird aufgenommen, gefiltert, abgegeben, sortiert, wiederaufbereitet oder ausgeschieden. Das entstandene Konzentrat wird von der Blase aufgesogen und als Urin ausgeschieden.

Dabei haben die Nieren mit der Ausscheidung direkt nichts zu tun. Diese obliegt dem Eisenstoffwechsel. In den Glomeruli werden die kapillären Gefäßknäuel durch die Kraft des Eisens wie ein Schwamm ausgepresst. Auf diese Weise entstehen täglich etwa 170 Liter Ultrafiltrat. Bei einer Urinmenge von 2 Litern täglich werden infolgedessen 168 Liter wieder in das Interstitium (Zellzwischenraum) und das Blut zurückgenommen. Das sind 99% der Ultrafiltratmenge.

Die Aufgabe der Nieren ist es, festzustellen, welche Substanzen der Stoffwechsel für den Aufbau und zur Energiegewinnung benötigt. Sie entscheiden darüber, welche Mineralien, Vitamine, Spurenelemente etc. der Organismus benötigt und somit nicht ausgeschieden werden dürfen.

Bei genauer Betrachtung dieser Tätigkeit wird deutlich, dass die Nieren sich der Rückresorption widmen. Unterstützt werden sie dabei vom Kupfer, dem Metall, das diesen Prozess ermöglicht. Der Focus der Nieren liegt somit nicht auf das, was ausgeschieden werden soll, sondern darauf, was der Organismus an Substanzen noch benötigt. Wir bestehen also aus dem, was wir dem Körper an Nahrung zugeführt und die Nieren rückresorbiert haben. Diese Substanzen machen unsere körperliche Individualität aus.

Eisen und Kupfer

In der anthroposophischen Medizin steht Eisen für „entgiftet von Fremdem“ und Kupfer für „Integration von Fremdem“.

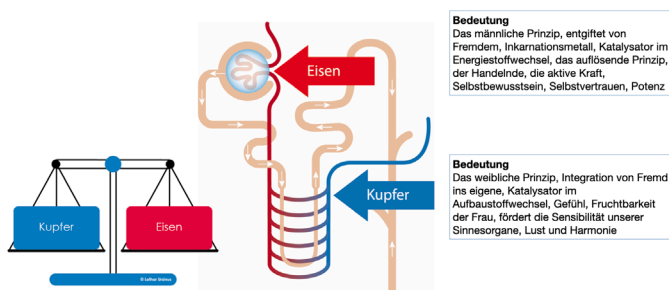


Abb. 2: Eisen und Kupfer – entgiften und integrieren

Im vertikalen Weltbild sowie in der geisteswissenschaftlichen Darstellung ist die Niere der Venus und dem Kupfer zugeordnet. Sie überprüft die Substanzen im Blut. Kupfer ist immer im Verhältnis zum Eisen zu betrachten. Ein Kupfermangel kann durch zu wenig Kupfer, aber auch durch zu hohe Eisenwerte

entstehen (relativer Kupfermangel). Kupfermangelsymptome gehen fast alle mit Verkrampfungen, wie beispielsweise Asthma, Magen- oder Darmkrämpfen einher. Eines der großen Mittel bei Asthma, Renes Cuprum (Wala), beschreibt Dr. Vogel ausführlich in seinem Buch Wege der Arzneimittelfindung. Ich habe in meiner Praxiszeit vielen Kindern helfen können, die mit ihren obstruktiven Bronchitiden zu mir kamen. Renes Cuprum war immer das zentrale Mittel in der Behandlung. Verordnet wurden 50 Ampullen Renes Cuprum. Diese wurden entsprechend dem Behandlungsschema in Abbildung 3 oral eingenommen.



Renes Cuprum

- 10 Ampullen – tgl. 1 Ampulle oral, dann
- 10 Ampullen – jeden 2. Tag 1 Ampulle oral, dann
- 10 Ampullen – 2 x wtl. je 1 Ampulle oral, dann
- 20 Ampullen – 1 x wtl. je 1 Ampulle oral

Zusatzmittel

- Renes Equisetum
- Plexus pulmonalis D15
- Pulmo Tartarus stibiatus II Amp. (schleimlösend)
- Nicotiana comp. oder Petasites comp.
- Glandula suprarenalis comp oder D4

Abb. 3: Behandlungsschema kindliches Asthma

Der Nierenmeridian

Der Nierenmeridian beginnt direkt unter der Fußsohle. Kalte Füße sind häufig der Ausgangspunkt für Blasenentzündungen oder Erkältungen. In der asiatischen Medizin werden die Nieren als „Winterorgan“ betrachtet. Es ist die Zeit der Regeneration für Mensch und Natur, um Kräfte für das Frühjahr zu sammeln. Auf den Tag bezogen liegt die maximale Nierenaktivität zwischen 17 und 19 Uhr. Nach getaner Arbeit steht die Erholung im Vordergrund, um für den kommenden Tag neue Kräfte zu sammeln. Daher eignet sich die Feierabendzeit ideal für ein ansteigendes Fußbad. Ihr Energietief haben die Nieren morgens zwischen 5 und 7 Uhr.

Die Fernbeziehung der Nieren

Nach den Erkenntnissen der chinesischen und anthroposophischen Medizin reguliert die Niere den Luftorganismus. Störungen zeigen sich durch Blähungen, Asthma, Ohrensausen, Tinnitus, Hörsturz und Nasennebenhöhlenentzündungen.

Die Niere steht auch in einem engen Zusammenhang mit der Statik des Körpers und dem Knochensystem. Diesen Zusammenhang finden wir in der Wirbelsäule

wieder, unserem „Rückgrat“. Damit ist die anatomische Funktion der Wirbelsäule an die Nierenfunktion gebunden.

Knochen und Nieren haben einen Bezug zu Silicium. Es bringt Stabilität, Struktur und Klarheit auf körperlicher und seelischer Ebene. In der Pflanzenwelt finden wir diese Substanz unter anderem im Schachtelhalm (*Equisetum arvense*) und im Bambus. Das vegetabilisierte Silicium hat den Vorteil, dass es kleinmolekularig ist und vom Stoffwechsel leicht und schnell resorbiert werden kann. Zur Stabilisierung des Knochens, des Bindegewebes und zur Unterstützung des Funktionskreises Niere/Blase verwende ich gerne die Mikronährstoffkombination MATRIX ACTIV von NewLife nutrition.

Der Nierenfunktionskreis wird auch als die Eintrittspforte der körperlichen Energie und der Inkarnation bezeichnet. Kinder in den ersten vier Lebensjahren zeigen oft typische Erkrankungen mit Bezug zum Nierenfunktionskreis. Dazu zählen Erkältungen, Bronchitiden, Asthma, Neurodermitis und trockene Ekzeme. Das Grundmittel zur Stärkung der Konstitution und zur Inkarnation ist *Renes Equisetum* (Wala).

Emotionen der Nieren

Die Nieren stehen für den Beginn und das Ende eines Lebenszyklus. Sie bergen die Lebensgrundlage in sich und sichern das Überleben. Angst ist eine Emotion, die zur Wahrung des Lebens dazugehört. Angst ist der Gegenpol zu Sicherheit und Geborgenheit. Werden Ängste übermächtig, verselbstständigen sie sich und bleiben ungelöst, dann kann es als Folge einer Nervenschwäche zu körperlichen Erscheinungen, wie z. B. Schwerhörigkeit, Hörsturz, Tinnitus, Asthma, Allergien, Abwehrschwäche und Rückenproblemen, kommen. Steigert sich die Angst, etwa zu Platzangst, Existenzangst oder sozialer Angst, kann sie sich in nahezu unerträgliche Panikattacken ausweiten.

Als paariges Organ gehört zu den Nieren das Thema „Partnerschaft und Beziehung“. Freundschaft und Liebe verbinden die Menschen und aktivieren die Energien, die eine gesunde Nierenfunktion ermöglichen. Insbesondere Beziehungsverluste durch Tod oder Trennung können die Nierenfunktion stark beeinträchtigen. In diesem Fall verordne ich Ceres

Solidago Urtinktur. Es ist die Pflanze, die behilflich ist, das zusammenzufügen, was zusammengehört, manchmal auch auf höherer Ebene.

Nierenwerte im Laborbefund

Für die Funktion der Nieren wird im Labor routinemäßig das Kreatinin untersucht. Um die Funktion der Nieren genau zu erfassen, ist es allerdings erforderlich, weitere Parameter zu bestimmen.









NIERE				
Harnstoff	38	mg/dl	13-43	
Kreatinin	1.2	mg/dl	0.5-1.2	
Cystatin C im Serum	+ 1.06	mg/l	0.53-0.95	
Glom. Filtrationsrate	- 73	ml/min	80-160	
CRP	2.9	mg/l	< 5.0	
Ferritin	63	ng/ml	17-218	
Kupfer (Vollblut)	LH 1.07	mg/l	0.75-1.17	
Eisen (Vollblut)	LH 461	mg/l	430-602	

Abb. 4 Nierenwerte im Laborbefund

Kreatinin

Kreatinin ist ein Abbauprodukt des Muskelstoffwechsels, das über die Nieren ausgeschieden wird. Nach aktuellem Wissensstand hat es keine eigene Funktion. Die Höhe des Kreatinins im Blut ist abhängig von der Muskelmasse und der Muskelaktivität. Daher haben muskulöse Menschen erhöhte und ältere Menschen, die sich wenig bewegen, unabhängige von der Nierenleistung, erniedrigte Werte im Blut. Das ist bei der Beurteilung des Kreatinins zu berücksichtigen. Zur Früherkennung von Nierenbelastungen ist Kreatinin nicht geeignet. Zur Bestimmung der Nierenleistung ist das körpereigene Protein Cystatin C ein verlässlicher und früh reagierender Nierenwert. Er sollte bei allen Patienten mit Nierenproblemen, Sportlern und Menschen mit Bewegungseinschränkung anstelle von Kreatinin untersucht werden.

Unabhängig von den Nieren können auch andere Einflüsse Kreatinin erhöhen. Dazu zählen unter anderem ausgeprägte Muskelverletzungen, Zerfall von Muskelgewebe infolge von Drogenmissbrauch, Alkohol oder der Einnahme von Cholesterinsenkern.

Reduzierte Kreatininwerte sind in der Regel kein Hinweis auf eine Erkrankung. Werte unterhalb der Norm finden wir bei Abnahme der Muskelmasse, zu Beginn der Schwangerschaft und bei stark abgemagerten Menschen.

Harnstoff

Wird im Körper Eiweiß abgebaut, entsteht über das giftige Zwischenprodukt Ammoniak. Es wird in der Leber in den ungiftigen Harnstoff umgebaut. Erhöhte Werte können ein Hinweis auf eine Nierenfunktionsstörung oder eine vermehrte Ammoniakbildung aufgrund eines alkalischen Darms oder vermehrter Eiweißzufuhr sein.

Zu einem Anstieg des Harnstoffspiegels im Blut kann es auch durch fieberhafte Erkrankungen, Operationen, Verbrennungen, Abbau von Gewebe bei Krebserkrankungen oder Hungerzuständen kommen.

Cystatin C

Cystatin C ist ein Eiweiß und wird von den meisten kernhaltigen Körperzellen in relativ konstanter Rate produziert. Ausgeschieden wird es ausschließlich über die Nierenfiltration. Somit hängt die Konzentration im Blut hauptsächlich von der glomerulären Filtrationsleistung der Niere ab. Das macht die Substanz zu einem guten und sensiblen Marker für die Nierenleistung. Erhöhte Werte im Laborbefund sind Hinweise auf eine Niereninsuffizienz oder Autoimmunerkrankungen. Im Labor wird aus dem Cystatin C altersentsprechend die GFR (glomeruläre Filtrationsrate) errechnet.

- GFR >89 ist eine normale Nierenfunktion
- GFR 60-89 ist eine milde Funktionseinschränkung der Nieren
- GFR 30-59 ist eine moderate Funktionseinschränkung der Nieren
- GFR 15-29 ist eine schwere Funktionseinschränkung der Nieren
- GFR <15 bedeutet chronisches Nierenversagen

Elektrolyte

Wie wichtig Eisen für die Entgiftung und Kupfer für die Rückresorption in der Niere ist, habe ich bereits beschrieben. Zur richtigen Einschätzung der Verhältnisse im Organismus werden dafür Ferritin (Speisereisen) in Verbindung mit dem C-Reaktiven Protein (ist bei Entzündungen erhöht) sowie Eisen und Kupfer im Vollblut untersucht.

Ursachen für Nierenversagen

Akutes Nierenversagen kann durch einen Schock mit Blutdruckabfall oder Blutverlust, durch akute Schädigung der Nieren aufgrund von Giftstoffen, Medikamenten oder Chemikalien oder durch Entzündungen der Nieren verursacht werden.

Die häufigsten Ursachen, die zu einem chronischen Nierenuntergang führen, sind Nierenentzündungen, Diabetes mellitus (Zuckerkrankheit), Bluthochdruck (Hypertonie) und angeborene Zystennieren.

Cinis Equiseti arvensis Trit. D6 (Weleda) ist ein Aschepräparat aus Ackerschachtelhalm. Es unterstützt die Nierenfunktion bei fortgeschrittener Niereninsuffizienz bis hin zur Dialysenotwendigkeit. Positive Beobachtungen wurden auch bei gleichzeitig vorliegender, beginnender Demenz gemacht. Das Wesen des Schachtelhalmes ist gekennzeichnet durch die Beschränkung auf das absolut Notwendige, auf das Gerüst, auf die Struktur. Im Schachtelhalm sind diejenigen Kräfte verkörpert, die für eine klare Gliederung und Strukturierung des Denkens und der Formbildungsprozesse erforderlich sind. Struktur, Klarheit und Festigkeit ist das Thema des Nierenfunktionskreises.

Was tut den Nieren gut?

Reines Wasser ist die beste Medizin für die Nieren. Sie benötigen pro Tag etwa 1,7 Liter Flüssigkeit.

Die optimale Ernährung für die Niere richtet sich nach dem Zustand des Nierengeschehens. Bei eingeschränkter Nierenfunktion ist es wichtig, im Labor die Elektrolyte im Vollblut zu überprüfen. Bei einem erhöhten Phosphatspiegel im Blut sollten möglichst wenig phosphatreiche Nahrungsmittel, z.B. Käse und geräucherte Lebensmittel, zu sich genommen werden.

Ist die Nierenfunktion stark eingeschränkt, wird allgemein empfohlen, die Eiweißzufuhr zu begrenzen. Das hängt mit der Ammoniakbildung und der daraus sich ergebenden Nierenbelastung zusammen. Allerdings ist zu berücksichtigen, dass der Stoffwechsel auf die Zufuhr essenzieller Aminosäuren angewiesen ist. Die beste individuelle Grundversorgung ist über das Stoffwechselprogramm von „gesund + aktiv“ gewähr-

leistet. Es berücksichtigt neben der genetischen und epigenetischen Stoffwechselfprägung auch die aktuelle die Nierenfunktion. Bei starker Niereneinschränkung empfiehlt „gesund + aktiv“, die Eiweißmenge zu reduzieren und die Zufuhr essenzieller Aminosäuren durch Nahrungsergänzungsmittel, wie z. B. AMINO BALANCE von NewLife nutrition (es besteht aus den 8 essenziellen Aminosäuren), auszugleichen. Patienten, die auf eine Dialyse angewiesen sind, sollten sich eiweißreich ernähren und ergänzend essenzielle Aminosäuren zu sich nehmen, da durch die Dialyse ein erhöhter Eiweißverlust auftritt.

Ingwer-Nierenwickel

Wer ständig kalte Füße und ein großes Wärmebedürfnis im Beckenbereich hat, sollte häufiger einmal den Ingwer-Nierenwickel anwenden. Der wärmende Ingwer regt die Nieren und die Nebennieren an und verleiht seelische Ausdauer. Vor allem nach seelischer Überlastung wirken Ingwer-Nierenwickel entstauend auf die Gefühlswelt. Dieser Wickel kann ambulant oder zu Hause von einer Pflegekraft oder

einem Angehörigen (nicht vom Patienten selbst) angewendet werden. Benötigt werden Ingwerpulver, Innentuch (Leinen), Frotteetuch, Wärmflasche, Wickeltuch und Lavendelöl.

2 Teelöffel Ingwerpulver in 250 ml heißem Wasser gut verrühren. Das Innentuch gleichmäßig tränken, auswringen und über die Nieren legen. Dann das Frotteetuch und eine Wärmflasche darüberlegen und das Ganze mit einem Wickeltuch bedecken. Nach etwa 20–30 Minuten den Wickel abnehmen und auf die Haut etwas Lavendelöl auftragen. Anschließend noch 20 Minuten Ruhe einhalten.

Ruhe und Entspannung

Stress und Überforderung mag die Niere überhaupt nicht. Sie ist ein seelisch empfindliches Organ, was in der Redewendung „es geht mir an die Nieren“ zum Ausdruck kommt. So ergibt sich der wichtigste Alltagstipp für den Funktionskreis Niere/Blase: Erholung und Rückzug ist Balsam für die Nieren.

Autor: Lothar Ursinus

Literatur:

R. und H. Kalbermatten: Pflanzliche Urtinkturen,
AT Aurau

O. Koob: Wenn die Organe sprechen könnten,
Mayr, Stuttgart

L. Ursinus: die Organuhr leicht erklärt, Schirmer Verlag

L. Ursinus: Mein Blut sagt mir..., Schirmer Verlag

Heinz-Hartmut Vogel: Wege der Arzneimittelfindung,
Verlag Natur, Mensch, Medizin: