

## **Am 9. März ist Weltnierentag: Ordensklinikum Linz bildet Kinder zu „Nierenheld\*innen“ aus**

**Die Nieren leisten einen wesentlichen Beitrag zu Gesundheit und Wohlbefinden. Solange sie funktionieren, schenken wir ihnen wenig Beachtung, doch erkranken sie schwer, führt kein Weg an Dialyse und Transplantation vorbei. Um Kindern die Bedeutung gesunder Filterorgane aufzuzeigen, bildete das Ordensklinikum Linz anlässlich des Weltnierentages Volksschüler\*innen zu „Nierenheld\*innen“ aus.**

Chronische Nierenerkrankungen sind auf dem Vormarsch, häufig durch einen ungesunden Lebensstil bedingt, und bleiben lange symptomlos und damit unerkannt. „Die Folgen sind eine lebenslange medikamentöse Behandlung, Dialyse oder auch eine Transplantation. Darum ist es umso wichtiger, sich der Bedeutung der Nieren für die Gesundheit bewusst zu sein“, sagt Prim. Univ.-Doz. Dr. Daniel Cejka, Leiter der Abteilung Nephrologie und Transplantationsmedizin am Ordensklinikum Linz.

### **Nierenkunde schon im Kindesalter**

Das gilt schon für die Kleinsten. Daher gestaltete Priv.-Doz.<sup>in</sup> Dr.<sup>in</sup> Maria Haller, Oberärztin der Abteilung Nephrologie und Transplantationsmedizin sowie Leiterin der Nierenambulanz am Ordensklinikum Linz Elisabethinen, anlässlich des Weltnierentages am 9. März bereits am 3. März einen eigenen „Kinder-Nierentag“ im Ordensklinikum Linz. In mehreren Stationen erfuhren die nunmehrigen „Nieren\*heldinnen“ spielerisch, was die ca. faustgroßen und bis zu 150 Gramm schweren Multitalente leisten. So filtern sie unser komplettes Blutvolumen 400 Mal am Tag und produzieren auf diese Weise 200 Liter Harn. Die gewaltige Filterleistung wurde den 8- und 9-Jährigen anhand von

Wasserflaschen veranschaulicht. Nur ein Hundertstel davon – zwei Liter – scheidet der Mensch im Laufe des Tages schlussendlich aus. Der Rest, befreit von Abfallprodukten und Giftstoffen, gelangt zurück in den Blutkreislauf. Wie, das konnten die Volksschüler\*innen anhand von Holzkästen mit feinmaschigen Metallgittern erkennen, welche die mikroskopisch kleinen Poren der Nieren-Blutgefäße darstellten. Durch sie sollten die Schüler\*innen unterschiedlich große Steine manövrieren – stellvertretend für kleinste Moleküle. Des Weiteren erfuhren die Kinder, was in ein Wasserbad eingelegte Gummibärchen mit den Arbeitsprinzipien der Nieren zu tun haben, und sie lernten in vereinfachter Form von Diffusion und Osmose.

Neben der Blutreinigung sind die Nieren für unser chemisches Gleichgewicht zuständig, kontrollieren den Blutdruck, sorgen für gesunde Knochen und eine ausreichende Produktion von roten Blutkörperchen. „Weil die Nieren maßgeblich zur Gesundheit beitragen, sollten Kinder lernen, sie gesund zu halten“, ist Priv.-Doz.<sup>in</sup> Dr.<sup>in</sup> Haller überzeugt. Sie weiß: „Bluthochdruck und Diabetes vorzubeugen schützt in weiterer Folge die Nieren. Wer sich ausgewogen ernährt, ausreichend bewegt, nicht raucht und Übergewicht vermeidet, ist auf einem guten Weg.“

Nähere Informationen zur Abteilung Interne 3 – Nephrologie am Ordensklinikum Linz:  
[Nephrologie | Elisabethinen | Ordensklinikum Linz](#)

**Rückfragehinweis für Journalist\*innen:**

Andrea Fürtauer-Mann

[andrea.fuertauer-mann@odensklinikum.at](mailto:andrea.fuertauer-mann@odensklinikum.at)

+43 (732) 7677 – 4610

+43 (0) 664 88541564

[www.odensklinikum.at](http://www.odensklinikum.at)