

LEBEN MIT CHRONISCHEM NIERENVERSAGEN

1) Welche Verhaltensweisen kommen bei chronischem Nierenversagen vor ?

Reizbarkeit, Nervosität, Launenhaftigkeit, Gedächtnisverlust, Verwirrtheit, Schlafprobleme, Depressionen, Wut und geringe körperliche Leistungsfähigkeit können als Folgen der Ansammlung von Giftstoffen im Körper vorkommen.

Aber auch nachdem Sie mit der Dialyse begonnen haben und die Giftstoffe aus Ihrem Blut entfernt worden sind, zeigen Sie u.U. emotionale Reaktionen, die obwohl Sie sie als negativ erleben, normal und verständlich sind: z.B. die Ablehnung der Krankheit, das Schuldgefühl chronisch krank zu sein, die Sorge um die Zukunft, Wut, Niedergeschlagenheit und andere gefühlsmäßige Überreaktionen. Auch Ihre Familienangehörigen können solche Gefühle haben. Es ist wichtig, daß Sie diese Gefühle ausdrücken und sich Ihrer Familie und Ihren Freunden, Ihrem Arzt, und den Krankenschwestern mitteilen. Sie und Ihre Familie und erleichtern sich so den Umgang mit der Krankheit und stellen sich besser darauf ein.

2) Wie beeinflusst meine Nierenerkrankung meine Familie ?

Alle Familienangehörigen sind durch Ihre Nierenerkrankung in irgendeiner Weise betroffen. Denn für Sie als Patient ist der Verlust früherer Verantwortlichkeiten, zeitweise oder auf Dauer, schockierend und deprimierend. Wahrscheinlich werden Sie zunächst auf die Hilfe und Unterstützung Ihrer Familie angewiesen sein, was sicherlich am Anfang schwer zu akzeptieren ist, insbesondere wenn Sie ein sehr selbständiger Mensch sind. Dennoch sollte Ihre Familie Sie im Laufe der Zeit nur dort unterstützen, wo Sie sich selbst nicht versorgen können. So verringert sich das Gefühl einer belastenden Abhängigkeit auf beiden Seiten.

3) Was muß ich tun, damit ich mich selbstversorgen kann ?

Lernen Sie soviel wie möglich über Ihre Erkrankung und darüber, wie Sie sich selbst helfen können. Wenn Sie den Nutzen von Diät, Medikamenten und Behandlungsformen erkennen, fällt es Ihnen leichter, die Vorschriften und Ratschläge zu befolgen. Haben Sie nach einiger Zeit Routine mit Ihrer Therapie gewonnen, dann merken Sie, daß Sie eine bessere Kontrolle über sich und Ihre Erkrankung haben. Sie sind dann zuversichtlicher, sich an die neue Lebenssituation anpassen zu können.

Außerdem sollten Sie möglichst darauf achten, daß Sie viele Tätigkeiten, die Sie in der Vergangenheit ausgeübt haben, wieder aufnehmen. Je mehr alte Gewohnheiten Sie pflegen, desto mehr hilft Ihnen das, wieder ein Gefühl der „Normalität“ zu empfinden.

Dennoch mögen Sie sich gelegentlich alleine fühlen. In solchen Fällen sprechen Sie Ihre Sorgen offen bei Ihrer Familie, Ihrem Arzt oder dem Pflegepersonal an.

4) *Wie wirkt sich die Nierenerkrankung auf meine Sexualität aus ?*

Für viele Patienten ist es nicht einfach, über ihre Sexualität zu sprechen. Trotzdem sollten Sie das Thema diskutieren, um zu verstehen, welche körperlichen und seelischen Veränderungen mit chronischem Nierenversagen verbunden sind.

Häufig verändert sich das Verlangen nach sexueller Intimität. Bei Männern kann es zu Impotenz oder Erektionsschwäche kommen und Frauen können Schwierigkeiten mit der sexuellen Stimulation haben. Insgesamt kann ein vermindertes sexuelles Interesse die Partnerbeziehung enorm belasten. Aber nur wenn Sie diese Probleme zunächst mit Ihrem Partner und dann auch mit Ihrem Arzt, der Krankenschwester oder anderen vertrauten Menschen besprechen, sind solche Schwierigkeiten lösbar.