

Oorzaken van chronische nierschade

Veel voorkomende oorzaken van chronische nierschade zijn diabetes en hoge bloeddruk. Ook hart- en vaatziekten, erfelijke nierziekten, ouderdom of bepaalde medicijnen kunnen nierschade veroorzaken. Daarnaast verhogen leefstijlfactoren het risico op chronische nierschade.

Schade aan de nier kan ontstaan door problemen in de nier zelf (renaal). De eerste problemen treden dan op door nierziekten die aangeboren zijn (primaire nierziekten) of door nierziekten die tijdens het leven ontstaan (verworven nierziekte). Naast nierschade door problemen in de nier zelf, kan nierschade ontstaan als gevolg van een andere aandoening (secundaire nierziekten), bijvoorbeeld als gevolg van diabetes of hoge bloeddruk. Ook is het mogelijk dat schade in de bloedtoevoer naar de nier (pre-renaal) of in de afvoerende urinewegen ontstaat (post-renaal).

Veel voorkomende oorzaken van nierschade

Nierstenen

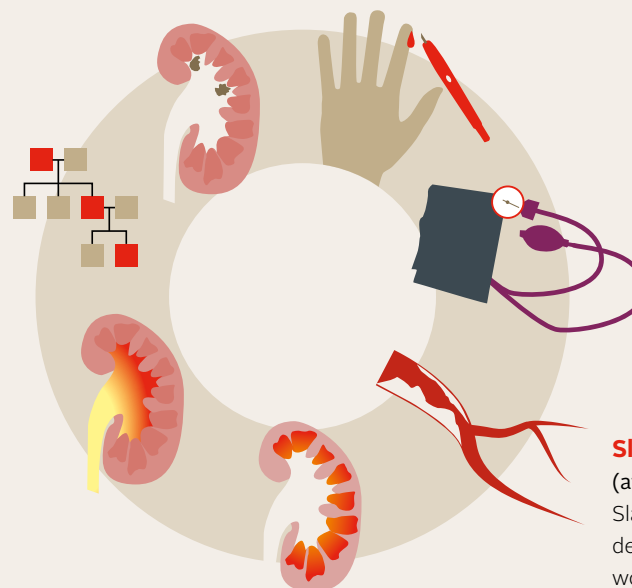
Nierstenen ontstaan wanneer mineralen in de urine samenklonteren. Als ze vast komen te zitten, kan de urine niet goed doorstromen. De urine die zich ophoopt kan schade aan de nier veroorzaken.

Diabetes

Door diabetes mellitus (suikerziekte) raken de nierfilters en bloedvatjes in de nieren beschadigd, waardoor nierschade ontstaat. 25-40% van de patiënten met type 1 of type 2 diabetes ontwikkelt nierschade

Primaire of erfelijke nierziekten

Sommige nierziekten zijn erfelijk, zoals cystenieren en de ziekte van Alport. De aanwezigheid van een nierziekte in de familie geeft een verhoogd risico op het ontwikkelen van chronische nierschade.



Hoge bloeddruk (hypertensie)

Hoge bloeddruk beschadigt de bloedvaten en de nierfilters. Ongeveer één op de vijf mensen met hoge bloeddruk heeft chronische nierschade.

Nierbekkenontsteking (pyelonefritis)

Nierbekkenontsteking kan ontstaan door het terugstromen van urine vanuit de blaas naar het nierbekken. Wanneer dit vaak gebeurt, kan chronische nierschade ontstaan.

Slagaderverkalking (atherosclerose)

Slagaderverkalking betekent dat de slagaders nauwer en stugger worden: ze slibben langzaam dicht. De nieren reageren hierop door de bloeddruk te laten stijgen, zodat het bloed weer sneller kan doorstromen. Bij een ernstige vernauwing in de nierslagaders wordt er minder bloed naar de nieren aangevoerd. Beide situaties leiden tot nierschade.

Nierfilterontsteking (glomerulonefritis)

Nierfilterontsteking is beschadiging van de nierfilters. Dit kan komen door een ziekte elders in het lichaam (auto-immuunziekte) of door een aandoening van de nier zelf

Oorzaak onbekend

In 10-20% van de gevallen is de oorzaak van de nierschade niet vast te stellen.

Hoe vaak komt chronische nierschade voor bij mensen met **diabetes** en **hoge bloeddruk**?

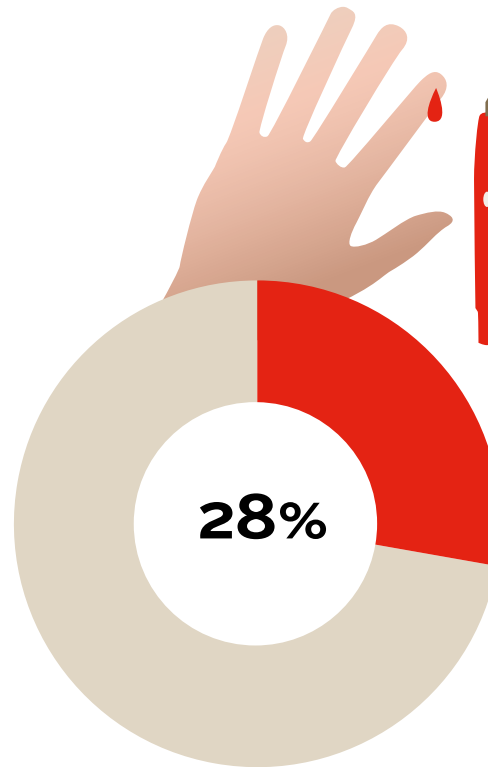
Diabetes en hoge bloeddruk (hypertensie) zijn **twee belangrijke oorzaken** voor het ontstaan van chronische nierschade. Bij diabetes veroorzaakt te veel glucose in het bloed **schade aan de nierfilters**, meestal na 10 tot 15 jaar. Door een hoge bloeddruk staan de bloedvaten steeds onder hoge druk. Doordat de nieren zeer veel **bloedvatjes** hebben raken deze **beschadigd** onder die hoge druk.

Diabetes mellitus

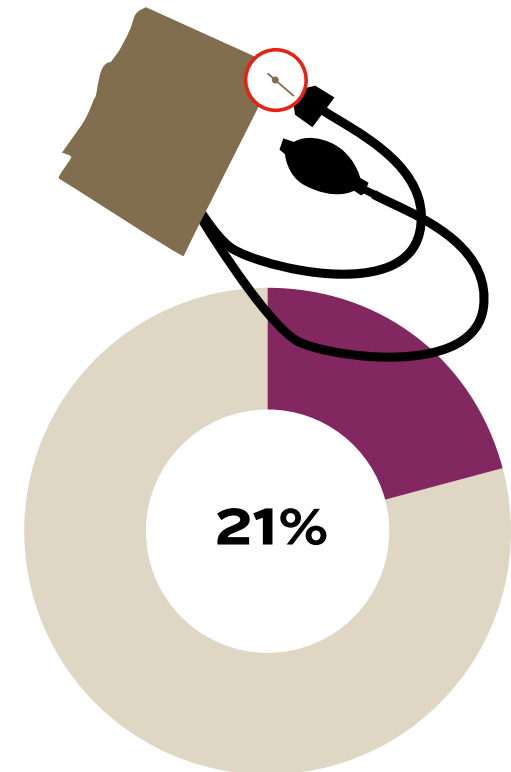
Nierschade als gevolg van diabetes treedt op bij 25-40% van de patiënten met type 1 of type 2 diabetes binnen 20-25 jaar nadat de diagnose diabetes is gesteld. Ruim **1,2 miljoen Nederlanders hebben diabetes**. In 2040 zullen naar schatting 1,5 miljoen mensen diabetes hebben. De verwachting is dan ook dat het aantal mensen met chronische nierschade als gevolg van diabetes in de komende jaren zal toenemen.

Hoge bloeddruk

Eén op de drie (31,4%) Nederlanders tussen de 30 en 70 jaar **heeft een hoge bloeddruk** (bovendruk ≥ 140 mmHg en/of onderdruk van ≥ 90 mmHg), zo'n 2,8 miljoen mensen. Meegerekend zijn de mensen die bloeddrukverlagende medicatie gebruiken vanwege een hoge bloeddruk. Ongeveer één op de vijf mensen met hoge bloeddruk heeft chronische nierschade.



28% van de mensen met diabetes heeft chronische nierschade.



21% van de mensen met hoge bloeddruk heeft chronische nierschade.

Leefstijl- en andere factoren die van invloed zijn op nieren

De kans op nierschade is door een ongezonde leefstijl groter dan wanneer iemand gezond leeft. Daarnaast zijn er nog andere zaken die een invloed op je nieren kunnen hebben. Nierschade ontstaat vaak door een combinatie van verschillende factoren.

Hoge zoutinname

Te veel zout **verhoogt de bloeddruk** en daarmee het risico op hart- en vaatziekten. Ook heeft zout een **rechtstreeks schadelijk** effect op de nieren. Te veel zout kan ervoor zorgen dat medicijnen voor de behandeling van hoge bloeddruk en nierschade minder goed werken (zie ook factsheet 7).

Overgewicht

Bij mensen met overgewicht moet het hart meer werk verzetten. Het moet bloed rondpompen door een groter lichaam. Daardoor wordt het hart groter. Ook het bloedvolume neemt toe, waardoor er meer bloed door de nieren stroomt. Die moeten harder werken en raken **overbelast** (hyperfiltratie). Dat leidt tot nierschade. Overgewicht is een risicofactor voor het **verliezen van eiwit** in de urine en het vergroot de kans op nierfalen.



Medicatie

Bepaalde pijnstillers (ontstekingsremmers zoals **diclofenac** en **ibuprofen**) kunnen bij langdurig gebruik chronische nierschade veroorzaken.

Daarnaast kunnen ook bepaalde antibiotica schadelijke effecten hebben op de nieren. **Sommige medicijnen** (of in geval van koorts of uitdroging van het lichaam) kunnen zelfs **acute nierschade** veroorzaken (zie ook factsheet 8).

Leeftijd

Met het ouder worden neemt de nierfunctie geleidelijk af.

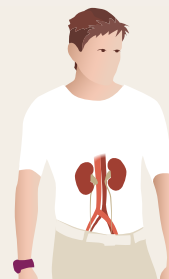
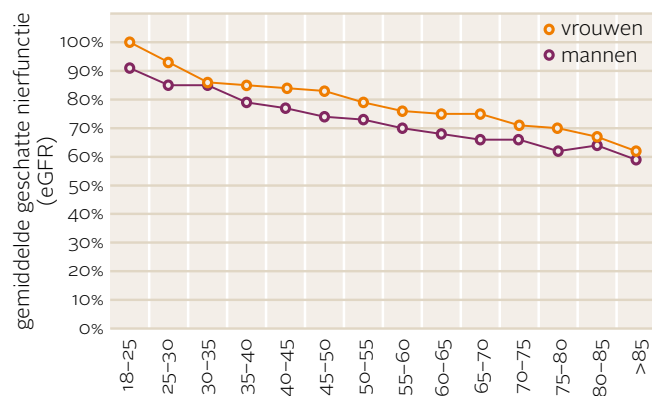
Roken

Roken kan de **bloedvaten** in en naar de nieren **beschadigen**.

Leeftijd en nierfunctie

Vanaf ongeveer 40 jaar neemt de nierfunctie geleidelijk af met ongeveer 0,4% per jaar. Iemand van 70 jaar die verder gezond is, kan daardoor een nierfunctie hebben tussen de 60% en 45%. Meer dan **40% van de mensen ouder dan 70 jaar** heeft chronische nierschade. De verminderde nierfunctie wordt dan vaak als normaal gezien. Maar ook op oudere leeftijd vormt een verminderde nierfunctie een **risico op ziekte en sterfte** en op complicatie door medicijngebruik. Het niet aanpassen van bepaalde medicatie kan een versnelde achteruitgang van de nieren veroorzaken of onnodige bijwerkingen veroorzaken.

Achteruitgang nierfunctie bij gezonde mensen met het stijgen van de leeftijd



Verder lezen

Ga voor meer informatie over nieren, nierschade en nierfalen naar **nieren.nl**, een initiatief van de **Nierstichting** en de **NVN**. Op **nieren.nl** vind je alle informatie rondom nierziekten en nierschade op één plek. Op **nierstichting.nl/voorlichtingsmaterialen** zijn over diverse onderwerpen brochures te downloaden of te bestellen.

Colofon

Deze factsheet is deel 2 van de serie van negen factsheets over nieren en nierschade.

De serie bestaat uit de volgende factsheets:

1. Nieren, nierschade en nierfalen
2. **Oorzaken nierschade en nierfalen**
3. Vroeg opsporen nierschade
4. Nierfunctievervangende behandeling: keuze, aantal en levensverwachting
5. Donatie, transplantatie en wachtlijst
6. Dialyse: vormen, aantal patiënten en gevolgen
7. Nieren en zout
8. Nieren en medicijnen
9. Kinderen en nierziekten

Deze factsheet is een uitgave van de Nierstichting. De inhoud is gebaseerd op de huidige stand van de wetenschap en met grote zorg samengesteld. De Nierstichting kan echter geen aansprakelijkheid aanvaarden voor eventuele onjuistheden of onvolkomenheden. Het copyright van alle gebruikte teksten en illustraties behoort aan de Nierstichting. Teksten en illustraties mogen niet worden gebruikt zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de Nierstichting.

Vormgeving en infographics

Maike Wijnands, studio-oehoe.nl

© Nierstichting, november 2022



NIERSTICHTING

Je nieren zijn je leven.