

PERSBERICHT

Nierschade, een onderbelicht probleem

Bussum, 12 september 2024 - Ongeveer 1 op de 10 mensen in Nederland heeft chronische nierschade, dus 1,8 miljoen mensen. Uit nieuw onderzoek van UMCG en onder andere Nivel, gefinancierd door de Nierstichting, blijkt dat 1,2 miljoen Nederlanders met nierschade terug te vinden zijn in de zorggegevens op basis van urine en bloedonderzoek. Een groot deel is dus niet in beeld. Daarbij komen elk jaar 130.000 nieuwe mensen die te horen krijgen dat ze nierschade hebben. Nierschade is een onderbelicht probleem.

Nierschade is verraderlijk, want vaak merk je het pas als het te laat is. Bij chronische nierschade is het nierweefsel blijvend beschadigd en werken de nierfilters minder goed. De taken van de nieren, zoals afvalstoffen uit het bloed halen en de bloeddruk regelen, worden niet meer goed uitgevoerd. Je lichaam wordt langzaam vergiftigd. De meeste mensen krijgen daardoor pas klachten als de nieren nog maar zo'n 30 procent of minder werken. Te laat om nierfalen, waarbij dialyse en transplantatie nodig is, nog goed te kunnen voorkomen of uit te stellen. De sterfte is dan ook hoog, blijkt uit dit onderzoek. Jaarlijks sterft 5% van de mensen met nierschade. Dit zijn 63.000 mensen per jaar.

Annemiek Dorgelo, programmamanager Gezonde Nieren bij de Nierstichting: "Het is belangrijk om in een vroeg stadium te weten of iemand chronische nierschade heeft. Niet alleen om nierfalen en sterfte te voorkomen. Wat veel mensen niet weten is dat je bij beginnende nierschade al een drie keer grotere kans hebt op een hart- en vaatziekte. Hoe eerder je erbij bent, hoe beter je verdere achteruitgang kan helpen afremmen en voorkomen."

Nierschade komt niet alleen

Nierschade komt vaak niet alleen. Het gaat samen met andere aandoeningen:

- Bijna 70% van de mensen met nierschade heeft een hoge bloeddruk;
- Ongeveer 35% van de mensen met nierschade heeft diabetes;
- Ongeveer 12% van de mensen met nierschade heeft hartfalen.

Ter vergelijking: bij mensen zonder nierschade heeft 16% van hen hoge bloeddruk, 6% diabetes en 1 % hartfalen. De kans op deze aandoeningen is bij chronische nierschade dus vele malen hoger. Bovendien hangen ze nauw met elkaar samen.

Iedereen kan nierschade krijgen, maar de kans op nierschade is veel groter wanneer je bovenstaande aandoeningen of overgewicht hebt. Daarbij speelt ongezonde leefstijl zoals roken, hoge zoutinname, ongezonde voeding en specifieke medicatie die impact heeft op je nieren een grote rol. Deze leefstijl en risicofactoren komen vaker voor bij mensen met lagere inkomens. Uit dit onderzoek blijkt bijvoorbeeld ook dat chronische nierschade bij ruim 12% van de mensen met een inkomen onder de 27.000 euro voorkomt, vergeleken met zo'n 8% bij mensen met een inkomen boven de 27.000 euro per jaar.

Wat kan jij zelf doen

Voor mensen die risico lopen is het daarom van belang om regelmatig je bloedsuiker te checken en je bloeddruk te meten. Minstens één keer per jaar bloed en urine te laten controleren of je nieren nog goed werken en op je medicijngebruik te letten. Je arts en apotheker kunnen daarbij helpen. Daarnaast is het voor iedereen van belang om gezond te leven, zoals

minder zout eten. Een gezonde voedingsomgeving is daarbij een belangrijke basis.

Over het onderzoek

Het onderzoek is een samenwerking tussen UMC Groningen, Nivel, Nefrovisie, Radboud UMC en Amsterdam UMC en gefinancierd door de Nierstichting. Er is gebruik gemaakt van gegevens van Nivel Zorgregistraties Eerste Lijn, een database met zorggegevens uit elektronische patiëntdossiers van ongeveer 500 huisartsenpraktijken verspreid door heel Nederland. Gebaseerd op cijfers van 2021.

Noot voor de reactie:

Voor meer informatie/ interviewverzoeken: Sanne Rademaker, communicatie adviseur Nierstichting via sannerademaker@nierstichting.nl/ 06 462 88 299.

Bijlage: factsheet onderzoek

Mocht u het volledige rapport willen ontvangen, dan kunt u het aanvragen via bovenstaande contactgegevens.
