

# Bei Nierenkrankheiten die Lebenskräfte stärken



**Dr. phil. Thomas Lutz**  
Psychologe FSP, Psychotherapeut  
und Coach

Ein unerwartet auftretendes Nierenleiden ist mit modernen Methoden einer nephrologischen Praxis medizinisch gut behandelbar. Gleichzeitig können auf verschiedenen Ebenen Begleitscheinungen auftreten, die einer sorgfältigen Beachtung bedürfen. Das Wissen um den chronischen Verlauf, der veränderte Alltag und Einschränkungen bedeuten zusätzliche Belastungen im Selbsterleben und in der sozialen Einbindung. Bei Nephro am See in Horgen werden diese psychologischen und sozialen Probleme berücksichtigt und gehen Hand in Hand mit der medizinischen Betreuung.

Biografien von Menschen mit Nierenerkrankungen sind unterschiedlich und vielfältig. Sowohl Ursachen als auch Symptome, Verläufe und Behandlungsformen sind individuell geprägt. Wer mehrmals pro Woche Dialyse benötigt, erlebt die Krankheit anders als jemand, der nach einer erfolgreichen Nierentransplantation wiedergewonnene Freiheiten geniessen kann. Was hingegen alle Patient:innen verbindet, ist die Tatsache, dass stets die Person als Ganzes betroffen ist. Körper, Psyche und soziales Umfeld bilden eine Einheit und spielen zusammen.

Je nach Persönlichkeit und Disposition verunsichert die Krankheit stärker und löst Befürchtungen, Sorgen und Ängste aus. Gefühle der Hoffnung können sich durch eine unerwartete Entwicklung in Enttäuschung, Bedrücktheit oder gar Hoffnungslosigkeit wandeln. Seltsame Sinneswahrnehmungen wie Benommenheit und Schwindel bedrohen die selbstverständliche Bewegungsfreiheit. Fragen der künftigen Lebensbewältigung drängen ins Bewusstsein. Solche Ängste können wie freie Radikale wirken und wichtige Vitalfunktionen im Organismus beeinträchtigen. Zur Bearbeitung solcherart getrübler Gefühlswelten erweist sich eine Psychotherapie als hilfreich und bedeutet eine entscheidende Ergänzung zur medizinischen Behandlung.

## ROLLE VON FAMILIE UND BEZIEHUNGSNETZ

Das durch eine Nierenkrankheit veränderte und belastete Selbstgefühl hat auch Einfluss auf das persönliche soziale Umfeld. Familie und Beziehungsnetz sind Mitbetroffene und verdienen Beteiligung, da sie als wirksame emotionale Ressourcen zum guten Heilungsverlauf beitragen. Die unterstützende Kraft eines intakten sozialen Umfelds ist von grosser Bedeutung. Deshalb empfangen wir bei Bedarf gern auch Partner:in, Familienangehörige oder Freund:innen in unserer Praxis.

Nebst dem emotionalen und psychischen Erleben bringt eine Krankheitsgeschichte häufig auch Veränderungen in der prakti-

schon Lebensgestaltung mit sich. Die Berufstätigkeit, der finanzielle Spielraum oder die Pflege des Beziehungsnetzes können direkt betroffen sein. Einige Patient:innen fühlen sich anfangs in ihrer Handlungsfreiheit eingeschränkt und brauchen Zeit,

«Eine integrative Betreuung bezieht auch das soziale Umfeld ein.»

Veränderungen zu akzeptieren. Andere begegnen solchen Veränderungen des Alltags mit Energie, Kreativität und grosser Zuversicht. Gerade bei chronischen Erkrankungen ist es von eminenter Bedeutung, dass die bestehenden Stärken und Ressourcen der Patient:innen aktiv integriert werden.

## LEBENSFREUDE STÄRKEN

In erster Linie sollen sich unsere Patient:innen bei der Bewältigung der Herausforderungen, die im Zusammenhang mit dieser Erkrankung entstehen, unterstützt fühlen, damit sie ihre Handlungsfähigkeit, ihren Mut und ihre Lebensfreude zurückgewinnen. Die wertvollste Aufgabe als Therapeut:innen besteht darin, die gesunden Anteile unserer Patient:innen zu erkennen und zu fördern. Werden sie in ihrem Selbstmanagement unterstützt, im Lernen gefördert und in therapeutische Entscheidungen eingebunden, so kann der Krankheitsverlauf positiv beeinflusst werden. Im gut integrierten Zusammenspiel von Medizin, Psychotherapie und Ernährungs- und Sozialberatung liegt bei der Behandlung der Nierenkrankheit eine grosse Chance. Ihr Nutzen dient zuallererst der Genesung unserer Patient:innen; dann aber auch ihrem sozialen Umfeld und den zahlreichen Betreuungspersonen, die sich den vielfältigen Folgeproblemen einer Nierenkrankheit umsichtig annehmen.

Haben Sie Fragen zur Gesunderhaltung Ihrer Nieren und zum integrativen Behandlungsansatz? Ich empfehle Ihnen, Kontakt zur Klinik Nephro am See aufzunehmen. Die medizinischen Fachpersonen beantworten Ihre Fragen gerne. Am besten melden Sie sich telefonisch.

**Nephro am See**  
Seestrasse 85, 8810 Horgen  
Telefon 044 208 88 00  
praxis@nephroamsee.ch



**Nephro am See**  
PRAXIS UND DIALYSE

**Nephro am See** ist das Zentrum für Integrative Nephrologie und Dialyse und befindet sich in den Seehallen Horgen. Es wird durch Dr. Lea Brügger, Geschäftsführerin, und Dr. Jan Brügger, leitender Arzt, sowie Dr. Petra Rhyn, leitende Ärztin, geführt. Nierenerkrankungen werden mit modernsten Methoden abgeklärt und nicht-chirurgisch behandelt. Vor- und Nachbetreuung bei Nierentransplantationen sowie 23 Dialyse-Plätze mit Blick auf den See runden das Angebot ab. Nephro am See setzt auf enge Kooperation mit zuweisenden Ärztinnen und Ärzten aus der Region. [nephroamsee.ch](http://nephroamsee.ch)