

# Sprechstunde am Sonntag

Thema: Erhöhte Eiweißausscheidung im Urin (Proteinurie) – Was bedeutet das?  
Fragen an Dr. Hans-Peter Hild aus der Nephrologischen Praxis in der Spinnerei

**Vielleicht hat Ihr Hausarzt schon einmal einen Teststreifen in Ihren Urin gehalten und Sie haben sich gefragt: „Was wird hier eigentlich untersucht?“ Nun, unter anderem prüft Ihr Hausarzt, ob sich in Ihrem Urin eine ungewöhnlich hohe Menge an Eiweiß (Protein) befindet.**

**BTSZ:** Wozu brauche ich Eiweiß im Körper und woher kommt es?

**Dr. Hild:** Eiweiß ist ein wichtiger Bestandteil unseres Körpers, z.B. Muskeln bestehen überwiegend aus Eiweiß und auch in unserem Blut befinden sich Eiweißstrukturen, die dort wichtige Funktionen erfüllen. Eiweiß ist also lebensnotwendig. Mit unserer Ernährung nehmen wir täglich Eiweiß auf, ein durchschnittlicher Mensch in unseren Breiten ca. 70-100 Gramm pro Tag. Tierisches Eiweiß findet sich überwiegend in Fleisch und Fisch, in Milch, Milchprodukten und Eiern, pflanzliches Eiweiß überwiegend in Hülsenfrüchten, Spinat und Soja. Tierisches und pflanzliches Eiweiß unterscheidet sich in den darin enthaltenen kleinsten Eiweißbausteinen, den Aminosäuren.

**BTSZ:** Eiweiß im Urin - ist das normal?

**Dr. Hild:** Wenn Sie sich die Niere als ein Sieb mit einer bestimmten definierten Porengröße vorstellen, dann hat es die Natur so eingerichtet, dass die im Blut zirkulierenden Eiweißstrukturen normalerweise die Blutbahn nicht verlassen können, weil die Eiweißkör-

per dafür zu groß sind. Die im Blut befindlichen Eiweiße kann man grob in kleine Bestandteile (z.B. Albumin) und in große Bestandteile (z.B. Eiweiße, die bei der Immunabwehr eine Rolle spielen) einteilen. Eiweiße können in kleinen Mengen im Urin vorkommen. Als eine normale Eiweißausscheidung im Urin gilt daher eine Menge von maximal 150mg Eiweiß in 24 Stunden.

**BTSZ:** Was sind die Ursachen einer erhöhten Eiweißausscheidung im Urin?

**Dr. Hild:** Immer dann, wenn das Nierensieb löchrig wird, d.h. die Porengröße infolge einer Nierenerkrankung zunimmt, oder im Körper in der Folge bestimmter Erkrankungen Eiweiße entstehen, die kleiner sind als die normale Porengröße, können plötzlich Eiweißkörper in erheblicher Menge im Urin auftauchen, die dort normalerweise bei gesunden Menschen nur in Spuren aufzufinden sind.

Wenn Sie sich das Modell des Nierensiebs vorstellen, dann verstehen Sie, dass, bei kleinen Schäden am Sieb zunächst nur kleine Eiweißkörper durchpassen – das ist überwiegend Albumin – bei größeren Löchern im Nierensieb passen auch die großen Eiweißstrukturen durch und erscheinen im Harn. Welche Eiweiße und in welcher Menge diese im Urin erscheinen, kann also etwas über die Herkunft der Eiweiße, den Grad der Nierenschädigung, die auslösende Erkrankung und eventuell auch etwas über die Prognose der zu

Grunde liegenden Erkrankung der Nieren aussagen.

**BTSZ:** Muss immer eine Nierenerkrankung vorliegen, wenn erhöhte Eiweißmengen im Urin erscheinen?

**Dr. Hild:** Man muss hier unterscheiden, ob die erhöhte Eiweißausscheidung tatsächlich ihre Ursache in der Niere selbst hat – man spricht dann von einer primären Nierenerkrankung – oder ob die Niere bei anderen Erkrankungen in der Folge geschädigt wird, also quasi mitreagiert. In diesem Fall sprechen wir von einer sekundären Nierenerkrankung. Hier ist an erster Stelle eine Nierenschädigung durch einen langjährigen Diabetes mellitus zu erwähnen. Typisch für einen langjährigen Diabetes mellitus ist, falls sich eine Nierenschädigung einstellt, dass sich diese zuerst durch Erscheinen der kleinen Eiweißstrukturen im Urin, insbesondere dem Albumin zeigt, noch lange bevor die Nierenfunktion eingeschränkt ist. Beim Diabetiker sind also regelmäßige Kontrollen des Urins auf die Ausscheidung von Eiweiß (Albumin) wichtig. Ein weiterer wichtiger Grund für eine erhöhte Eiweißausscheidung im Urin kann auch ein ungenügend eingestellter Bluthochdruck sein. Hier handelt es sich ebenfalls um eine sekundäre Nierenschädigung.

Glücklicherweise bedeutet nicht jede Eiweißausscheidung im Urin immer gleich eine schwerwiegende Erkrankung.

Wir sehen vorübergehende Eiweißausscheidungen im Urin z.B. bei Patienten im Verlauf

von Infekten oder im Rahmen großer körperlicher Anstrengungen. Auch bei jungen, schlanken Menschen treten manchmal tagsüber Eiweiße in erhöhter Menge im Urin auf, die dann nachts nicht mehr nachweisbar sind.

**BTSZ:** Ist eine Eiweißausscheidung im Urin gefährlich? Kann sie sich zurückbilden?

**Dr. Hild:** Ein auffälliger anhaltender Eiweißverlust über den Urin beim Diabetiker oder Bluthochdruckpatienten stellt einen eigenständigen Risikofaktor für Folgeerkrankungen wie Herzinfarkt oder Schlaganfall dar. Werden die beiden genannten Erkrankungen und die dadurch ausgelöste erhöhte Eiweißausscheidung im Urin früh erkannt und konsequent behandelt, kann sich die Proteinurie vollständig zurückbilden, was eine deutliche Prognoseverbesserung bedeutet. Ein sehr hoher Eiweißverlust über die Niere kann wiederum zu einer raschen Verschlechterung der Nierenfunktion beitragen und sollte – je nach Ursache – in jedem Falle behandelt werden. Nicht selten ist allerdings die Proteinurie ein Zeichen einer fortgeschrittenen Nierenschädigung, die sich auch unter bestmöglicher Behandlung nicht wieder vollständig zurückbildet.

**BTSZ:** Wie bemerkt man eine erhöhte Eiweißausscheidung über den Urin?

**Dr. Hild:** In der Regel verläuft eine Proteinurie unbemerkt. Erst bei größeren Eiweißverlusten (ab ca. 1 Gramm und mehr

DialyseCentrum  
Nephrologische Praxis

in 24 Stunden) kann der Urin beim Wasserlassen auffällig schäumen. Im Verlauf bilden sich starke Wasseransammlungen in den Beinen (Ödeme), die auch über Nacht nicht mehr verschwinden. Diese Symptome sind allerdings nicht spezifisch, das heißt sie können auch im Rahmen anderer Erkrankungen (Herzschwäche, Leberversagen) auftreten, so dass hier Ihr Hausarzt der erste Ansprechpartner ist.

**BTSZ:** Bei mir ist Eiweiß im Urin nachgewiesen – wie geht es weiter?

**Dr. Hild:** Mit dem o.g. Streifentest, den Ihr Hausarzt durchführt, kann grob abgeschätzt werden, ob nur kleine oder auch größere Eiweißstrukturen im Urin erscheinen und ob das Nierensieb eine kleine oder größere Menge an Eiweiß durchlässt, d.h. ob das Sieb gering oder erheblich geschädigt ist. Bei wiederholt auffälligem Befund müssen dann weitere genauere Untersuchungen folgen.

Sie sehen also, dass der Nachweis einer nicht vorübergehenden erhöhten Eiweißausscheidung im Urin ein wichtiges Diagnosewerkzeug ist. Die Untersuchung des Urins auf eine erhöhte Eiweißausscheidung im Urin mittels eines Streifentests, insbesondere bei Risi-



**Dr. Hans-Peter Hild**  
Internist und Nephrologe

**Nephrologische Praxis und Dialysezentrum in der Spinnerei, Dr. Johannes Hägel, Dr. Hans-Peter Hild, Dr. Andreas Reihl, Dr. Susanne Reihl Spinnereistraße 7, 95445 Bayreuth. Weitere Informationen unter Telefon 0921/5072020, [www.dialysezentrum.de](http://www.dialysezentrum.de).**

kopatienten wie Diabetikern oder Bluthochdruckpatienten, ist eine wenig aufwändige, aber durchaus aussagekräftige Untersuchung, die Ihr Hausarzt durchführen kann, welcher ggf. weitere Untersuchungen veranlassen sollte, die wir als Nephrologen dann gerne durchführen.