



Was der Urin über den Gesundheitszustand verrät

Fast jeder gibt im Verlauf seines Lebens mehrere Urinproben beim Arzt ab. Doch was sagt der Urin genau über den Gesundheitszustand aus? Wie lassen sich anhand seiner Beschaffenheit schon im privaten Umfeld Anzeichen auf mögliche gesundheitliche Störungen erkennen?

Dr. Reinhold Schaefer vom Urologennetzwerk Uro-GmbH Nordrhein erklärt, was die Qualität des Urins aussagt und wann ein Besuch beim Arzt angezeigt ist.

„Bei bestimmten Krankheiten reichern sich im Urin Abbauprodukte verschiedener Eiweiße im Körper an, anhand derer sich entsprechende Krankheiten diagnostizieren lassen, schon bevor sich erste Symptome zeigen“, erklärt

Dr. Schaefer. Dazu zählen nicht nur Störungen des Nieren- und Harnsystems, sondern auch Diabetes oder Erkrankungen der Leber. Schon Farbe und Menge des Urins geben oft erste Hinweise darauf, dass etwas nicht stimmt. Scheidet jemand sehr wenig und sehr dunklen Harn aus, deutet dies möglicherweise auf eine Störung der Nieren oder Leber hin. Trüber und flockiger Urin zeigt oft einen Harnwegsinfekt an. Rötliche Harnausscheidungen sprechen für Blut im Urin und damit gegebenenfalls für Nieren- oder Harnleitersteine oder andere, schwerwiegendere Erkrankungen der ableitenden Harnwege. Farbloser Urin weist dagegen auf eine hohe Verdünnung hin und kann in Verbindung mit vermehrtem Durst und unerklärlicher Gewichtsabnahme ein Zeichen für Diabetes sein. Gesunder Urin sieht im Gegensatz dazu klar und hellgelb aus. „Eigendiagnosen sind allerdings immer unter Vorbehalt zu sehen, da rötliche Verfärbungen und andere Veränderungen auch nach dem Verzehr bestimmter Lebensmittel oder der Einnahme einiger Medikamente auftreten“, betont Dr. Schaefer. Um sich Sicherheit zu verschaffen und den Ursachen auf den Grund zu gehen, empfiehlt sich daher der Gang zum Urologen.

Mithilfe eines Schnelltests lassen sich erste Rückschlüsse auf verschiedene Krankheiten ziehen. Verfärbungen auf einem Teststreifen zeigen an, ob bestimmte Substanzen, wie Eiweiß, Glukose, Nitrit, Billirubin, Ketone oder Blutkörperchen im Urin vorhanden sind und geben den pH-Säurewert an. Um die in diesem Standardverfahren ermittelten Stoffe genauer zu untersuchen, greifen Urologen bei Bedarf auf gezieltere Nachweise im Rahmen einer mikroskopischen Laboranalyse zurück. Auf diese Art bestimmt der Facharzt beispielweise die genaue Menge der enthaltenen Stoffe und leitet dann entsprechende Therapiemaßnahmen ein. „Es gibt inzwischen spezielle Urintests, die Indikatoren für Blasen- oder Prostatakarzinome nachweisen und deren Früherkennung wesentlich verbessern“, sagt Dr. Schaefer. Auch, wenn Urologen diese Testverfahren noch nicht großflächig einsetzen, sehen Fachärzte darin für die Zukunft einen wichtigen diagnostischen Zwischenschritt vor einer eventuellen Operation. Grundsätzlich liefert aber erst eine gründliche urologische Untersuchung verlässliche Informationen über den Gesundheitszustand.