

Heimhämodialyse

Flexibilität gewinnen mit selbstständiger
Hämodialyse zuhause





Welche Vorteile bietet mir die Heimhämodialyse?

Liebe Patientin, Lieber Patient!

Dialyse – ein Thema, das vielen Menschen wenig bekannt ist und viele Fragen aufwirft. Ihre Nephrologin oder Ihr Nephrologe hat mit Ihnen besprochen, dass bei Ihnen oder Ihren Angehörigen eine Dialysebehandlung notwendig werden könnte. Sicherlich machen Sie sich Gedanken, wie Sie mit der neuen Situation fertig werden können.

Wir möchten Ihnen aufzeigen, dass es ganz unterschiedliche Möglichkeiten gibt, eine Dialysebehandlung so zu gestalten, dass Ihre Lebensqualität gut bleibt und die Belastungen im Alltag für Sie so gering wie möglich gehalten werden können.

Die folgende Broschüre soll Ihnen einen Eindruck über die Heimhämodialyse vermitteln. Vergleichbare Broschüren finden Sie auch zu den Themen Hämodialyse, Peritonealdialyse und Nierentransplantation.

Bitte verschaffen Sie sich einen Einblick und sprechen Sie dann mit Ihrem nephrologischen Team. Versuchen Sie gemeinsam mit Pflegekräften, Ärztinnen und Ärzten zu Ihrer Entscheidung zu kommen, welches Verfahren für Sie das Beste ist. Wir unterstützen Sie jederzeit dabei.

Ihr DaVita Dialyseteam



Inhalt

	Die Heimhämodialyse (HHD).....	6
	• Voraussetzungen für die Heimhämodialyse.....	7
	Die HHD-Schulung	8
	• Was ist, wenn man nach der HHD-Schulung weiterhin Hilfe benötigt?.....	8
	Vorteile der HHD	9
	Häufig gestellte Fragen & Antworten.....	10
	• Wie oft muss man zur Kontrolle ins Zentrum?	10
	• Was muss man bei der Ernährung und Trinkmenge beachten? ..	11
	• Was ist bei der Urlaubsplanung zu beachten?.....	12
	• Wie sieht ein Dialyseprotokoll aus?.....	12
	• Wieviel Platz benötigt das Dialyse-Material?	13
	• Welche Umbauten können notwendig werden?	14
	• Welche Kosten werden übernommen bzw. erstattet?.....	14
	• Welche Dinge müssen im Vorfeld geklärt werden?.....	14



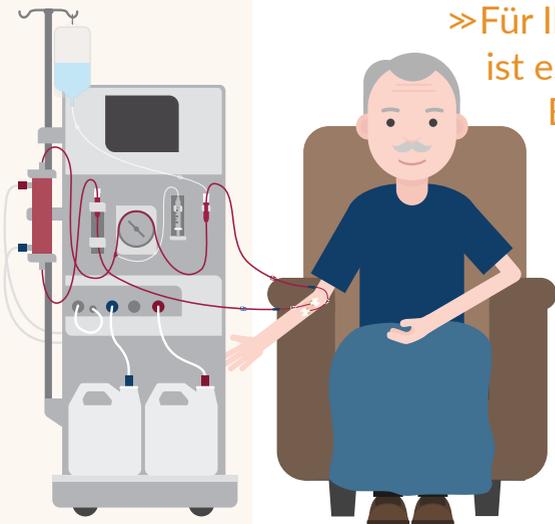
Die Heimhämodialyse

Heimdialyseverfahren erleichtern vielen chronisch nierenkranken Menschen das Leben mit ihrer Krankheit. Sie bieten mehr zeitliche Flexibilität und ermöglichen beispielsweise häufig die Beibehaltung der Berufstätigkeit. Heimdialysepatienten können aktiv am Familienleben teilhaben und erleben häufig eine insgesamt bessere Lebensqualität.

Bei der Heimhämodialyse übernehmen Sie die Dialysebehandlung mit Unterstützung eines Partners selbstständig zu Hause an der eigenen Dialysemaschine. Die Dialysezeiten und -häufigkeit bestimmen Sie selbst, stehen aber auch in ständigem Kontakt mit Ihrem behandelnden Nephrologen. Dieses Verfahren erfordert viel Eigenverantwortung und Selbstdisziplin.

»Für Ihre Lebensqualität ist es wichtig, für Sie eine Behandlungsform zu finden, die zu Ihrem Alltag passt.«

Viele Menschen entscheiden sich deshalb dafür, die Hämodialyse selbstständig zu Hause durchzuführen. Heimhämodialyse (HHD) bedeutet, dass Sie nicht jedes Mal für die Behandlung in ein Dialysezentrum fahren müssen.



Sie können die Dialyse in vertrauter Umgebung in Ihren eigenen vier Wänden vornehmen, die Dialysezeiten flexibel mit Ihren beruflichen und privaten Terminen abstimmen. Dabei werden Sie von einem Partner zu Hause bei den Dialysebehandlungen unterstützt.

Die HHD wird in der Regel 3 Mal wöchentlich – besser jeden zweiten Tag – vorgenommen und dauert jeweils etwa 4 bis 6 Stunden. Einige Patienten führen die Behandlung auch häufiger durch. Eine Dialysezeit von mehr als 15 Stunden pro Woche sollte möglichst erreicht werden. Der Ablauf ist vergleichbar mit der Hämodialyse in einem Dialysezentrum. Viele Patienten nutzen die Zeit der Behandlung zum Lesen, Fernsehen, Telefonieren, andere aber auch um während der Dialyse im „Home Office“ zu arbeiten.

Voraussetzungen für die Heimhämodialyse

1. Geeigneter Raum für die Dialyse
2. Geeigneter Partner für die Dialyse
3. Dialysegerät (wird vom Zentrum gestellt)
4. Dialysesessel oder -bett (wird vom Zentrum gestellt)
5. Wasseraufbereitungsanlage (Osmose, wird vom Zentrum gestellt)
6. Lagerplatz für Verbrauchsmaterial (Kanülen, Schlauchsysteme, Dialysator)



Es gibt etwa 90.000 Dialysepatienten in Deutschland.

Quelle: Bundesverband Niere e.V.



Die HHD-Schulung

Um die Hämodialyse selbstständig zu Hause vornehmen zu können, müssen Sie zunächst eine entsprechende Schulung machen. Diese Schulung wird auch Training genannt und dauert in der Regel 4 bis 8 Wochen und länger. In dieser Zeit lernen Sie, die Dialysemaschine richtig zu bedienen, den Umgang mit den Verbrauchsmaterialien, die Selbstpunktion des Shunters (oder der Fistel), die Aufzeichnung medizinischer Daten sowie den An- und Abschluss von der Dialysemaschine.

Gemeinsam mit Ihnen wird auch ein Dialysehelfer geschult, der Sie bei Ihren Behandlungen unterstützt. Das kann ein Lebenspartner, Angehöriger oder Freund sein. Mit Hilfe des ausbildenden Pflegepersonals werden Sie allmählich an die Durchführung der Dialysebehandlung herangeführt und umfassend auf die Heimhämodialyse vorbereitet. Hierbei werden Sie auch regelmäßig während der Trainingsdialysen durch den Sie auch später ambulant betreuenden Nephrologen (Dialysearzt) visitiert und beraten.

Die erste Heimhämodialyse zuhause erfolgt in Anwesenheit einer Dialysepflegekraft und des betreuenden Nephrologen. Im Verlauf erfolgen weitere Besuche des Nephrologen (und ggf. einer Pflegekraft) bei Ihnen zuhause. Ziel der HHD-Schulung ist es, dass Sie sich sicher fühlen bei der eigenständigen Durchführung der Dialyse zuhause.

Was ist, wenn man nach der HHD-Schulung weiterhin Hilfe benötigt?

Auch wenn Sie die Hämodialyse selbstständig zu Hause durchführen, sind Sie niemals allein. Sie stehen regelmäßig mit Ihrem Dialyseteam in Kontakt und besuchen etwa alle 4 bis 6 Wochen das Dialysezentrum, in dem Sie

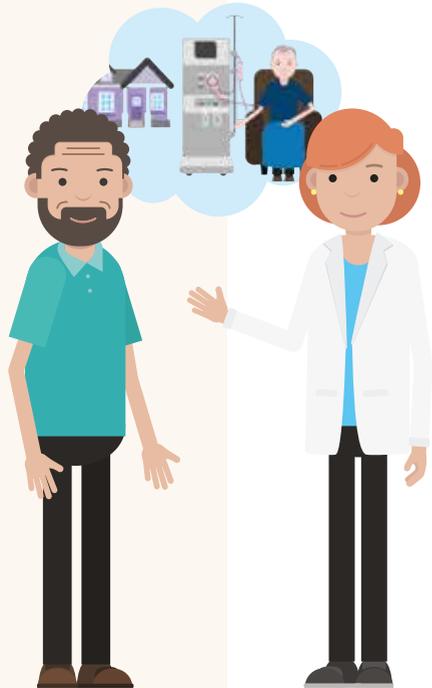


ausgebildet worden sind, um Ihr Befinden, die Blutwerte, das Dialyseregime und die Medikation zu besprechen und überprüfen zu lassen. Gegebenenfalls müssen auch Ihre Ernährungsgewohnheiten angepasst werden. Unsere Ärzte und unser Pflegepersonal sind per SMS, Telefon und E-Mail rund um die Uhr für Sie erreichbar, falls Sie Hilfe benötigen.

Vorteile der HHD

- Weniger Shuntprobleme durch gezielte Eigenpunktion.
- Effektivere Dialyse durch Verlängerung der Dialysezeit oder häufigere Dialyse.
- Die Heimdialyse bringt häufig eine große Zeitersparnis, da der An- und Abfahrtsweg zum Dialysezentrum entfällt.
- Während der Dialysezeit kann trotzdem eine Teilhabe am Familienleben zuhause stattfinden. Kinder können mitbetreut werden und vorlesen, Vokabeln abfragen und ähnliches ist ebenso möglich, wie im „Home Office“ zu arbeiten.
- Geringere Flüssigkeitsschwankungen und Kreislaufbelastung durch häufige Dialysefrequenz.





- Mehr Freiheiten beim Essen und Trinken durch ggf. Steigerung der Dialysefrequenz.
- Zuhause empfinden Patienten häufig weniger Stress. Sie haben einen geringeren Geräuschpegel als im Zentrum zu ertragen und werden nicht zusätzlich mit dem gesundheitlichen Leid der Mitpatienten konfrontiert.
- Heimdialysepatienten können ihre Dialysezeit selbstbestimmter gestalten und z.B. spät abends dialysieren. Sie müssen sich beispielsweise nicht über das Fernsehprogramm mit anderen Patienten abstimmen oder sie können ungestörter lesen, schreiben, telefonieren oder auch Besuch empfangen.
- Ausübung einer Arbeitstätigkeit durch Anpassung des Dialyserhythmus ist möglich.



Häufig gestellte Fragen & Antworten

Wie oft muss man zur Kontrolle ins Zentrum?

Alle 4 bis 6 Wochen sollte eine ambulante Vorstellung in Ihrem Dialysezentrum erfolgen sowie einmal im Quartal eine Dialyse im Zentrum (sog. Referenzdialyse) durchgeführt werden. Dabei finden neben Laborwert-

kontrollen und der Überprüfung der Effektivität der Dialyse ggf. auch Untersuchungen wie EKG, Ultraschall, Röntgen usw. statt. Ferner erfolgt ein ausführliches ärztliches Gespräch mit dem Sie betreuenden Nephrologen, um die Dialysemodalitäten und die Medikation etc. festzulegen. Im Rahmen dieses Gespräches können und sollten alle Sie persönlich bedrückenden Probleme angesprochen werden.

Unabhängig von Ihren Besuchen im Dialysezentrum wird der Sie betreuende Nephrologe und/oder jemand aus dem Pflorgeteam Sie von Zeit zu Zeit auch zu Hause besuchen.



Was muss man bei der Ernährung und Trinkmenge beachten?

Als Dialysepatient müssen Sie immer gewisse Einschränkungen und Vorsichtsmaßnahmen in Ihren Trinkgewohnheiten (reduzierte Flüssigkeitszufuhr) und auch bei Ihrer Ernährung beachten. Für eine gesunde Ernährung mit Dialyse werden prinzipiell die klassischen Ernährungsbausteine so angewandt, wie sie auch ohne Dialysebehandlung der Fall sein sollten, also eine salzoptimierte, eiweißreiche Kost mit reduzierter Fettzufuhr unter Vermeidung schädlicher sog. Transfette.

Da aufgrund der reduzierten bis fehlenden Urinausscheidung sich immer Wasser im Körper ansammelt, ist die Trinkmenge für Sie als Dialysepatient auf etwa einen halben Liter pro Tag zusätzlich zu der täglichen Menge an Urin, die Sie eventuell noch ausscheiden, zu beschränken.



Mehr Informationen zu nierenfreundlicher Ernährung finden Sie in DaVita Ernährungsratgebern und auf [DaVita.de](https://www.davita.de)

Auch das Einhalten einer kalium- und phosphatarmen Kost ist zu empfehlen. Allerdings haben gerade Sie als Heimhämodialyse-Patient diesbezüglich etwas größere Freiheiten, da Sie die Dialysebehandlungen durch langandauernde oder häufigere Dialysen Ihren Trink- und Essgewohnheiten anpassen können.



Was ist bei der Urlaubsplanung zu beachten?

Während einer Urlaubsreise müssen Sie auch am Urlaubsort ein Dialysezentrum aufsuchen. Überall auf der ganzen Welt, auch in den beliebtesten Urlaubsregionen, gibt es Feriendialysen – sogar auf Kreuzfahrtschiffen (www.diacare.ch). Eine Reise oder einen Urlaub sollten Sie möglichst frühzeitig mit Ihrem betreuenden Nephrologen besprechen, planen und gut vorbereiten, denn insbesondere für Sie als Dialysepatient gilt nach J.W. von Goethe: "Unvorbereitetes Wegeilen bringt unglückliche Wiederkehr" (aus: Wilhelm Meisters Lehrjahre).

Wie sieht ein Dialyseprotokoll aus?

Im Dialyseprotokoll werden bei jeder Dialyse regelmäßig wichtige Kennzahlen wie Gewicht, Blutdruck, Puls, Ultrafiltrationsrate (Flüssigkeitsentzug pro Stunde bzw. pro Dialyse), Blutfluss, arterieller und venöser Druck, Leitfähigkeit, Zeitpunkt und Dauer der Dialyse etc. sowie Besonderheiten festgehalten. Anhand dieser per Mail oder anderweitig zugesandten Werte kann sich das Dialyseteam im Zentrum ein genaues Bild vom Therapieverlauf und der Qualität der Dialyse machen.



Überall auf der ganzen Welt, auch in den beliebtesten Urlaubsregionen, gibt es Feriendialysen.

Wieviel Platz benötigt das Dialyse-Material?

Bei der Durchführung der Heimhämodialyse wird eine kleine Lagerfläche in der Wohnung für die Materialien benötigt. Auch ein trockener Keller oder eine Garage kann als Lagerfläche dienen. Je nach verfügbarem Platz wird dann regelmäßig das notwendige Material alle 4 Wochen (in Einzelfällen je nach Lagerkapazität auch alle 8 Wochen) zu Ihnen nach Hause zu vereinbarten Zeiten angeliefert und die Abfälle teilweise entsorgt. Details der Abfallentsorgung und Materialbestellung bespricht mit Ihnen das Dialysezentrum.

Welche Umbauten können notwendig werden?

Um einen Platz für die Heimhämodialyse einzurichten, können einige Umbauten in Ihrer Wohnung bzw. Ihrem



Entdecken Sie beliebte Urlaubsregionen mit einem DaVita Zentrum in der Nähe unter DaVita.de/Feriendialyse



Haus notwendig werden, so z.B. für den Dialyseplatz (Bett oder Liege) und für die Installation von (Stark-) Strom- und Wasseranschlüssen. Diese Maßnahmen müssen im Vorfeld bei dem Vermieter angefragt werden. Ein Dialyse-Techniker unterstützt und plant diese gemeinsam mit Ihnen sowie dem Klempner und Elektriker. Anschließend überwacht er die ordnungsgemäße Durchführung der Umbaumaßnahmen sowie den Anschluss des Dialysegerätes und der Osmose einschließlich der hygienetechnischen Voraussetzungen und Bedingungen.



Welche Kosten werden übernommen bzw. erstattet?

In der Regel werden die Kosten für notwendige Umbaumaßnahmen in Ihrer Wohnung bzw. Ihrem Haus von dem Dialyседienstleister übernommen. Zudem gibt es monatlich eine Unkostenpauschale für den vermehrten Verbrauch von Wasser und Strom etc. Dafür sollten Elektrizitäts- und Wasserwerk im Vorfeld durch Sie informiert werden.



Welche Dinge müssen im Vorfeld geklärt werden?

Spezialversicherungen und ggf. Erweiterungen der Hausratversicherung, z. B. Einschluss von Überspannungsschäden, bespricht mit Ihnen das Dialysezentrum. Außerdem überprüft Ihr Ansprechpartner der Dialyseeinrichtung die Vollständigkeit der Grundausstattung (Waage, Staubband etc.) und übergibt Ihnen eine Telefonliste mit allen Ansprechpartnern.

Über DaVita Medical Group

Die DaVita Medical Group in Deutschland ist ein ärztlich geführtes Netzwerk, das eine koordinierte Betreuung in den Fachbereichen Nephrologie und Diabetologie anbietet.

Durch Innovationen in der klinischen Behandlung, integrierte Therapiepläne, individuelle Pflegeteams und patientenfreundliche Health-Managementdienste bemühen wir uns, die

Lebensqualität unserer Patienten zu verbessern.

Angesichts unseres starken ärztlichen Netzwerks und der Kooperationspartner sind wir in der Lage, eine qualitativ hochwertige Betreuung mit

besonderem Fokus auf nahtlose Übergänge der Pflege, individualisierte Pflegepläne und exzellente medizinische Ergebnisse zu bieten.

3.100+ 
Dialysezentren
weltweit

Herausgeber:

DaVita Deutschland AG
Mittelweg 110 B
20149 Hamburg

Auflage 01/2021


DaVita
Medical Group

DaVita.de

