



Medicatiewijzer voor (pre)dialysepatiënten



azGlorieux
ZVB | TOTAALZORG | VLAAMSE ARDENNEN

inhoud

Inleiding	4
Meest gebruikte medicatie door dialysepatiënten	5
Middelen ter behandeling van bloedarmoede (anemie)	5
Middelen ter regulatie van de calcium-fosforbalans: fosforbinders, vitamine D en remmers bij schildklierhormoon	7
Kaliumverlagers	10
Middelen ter behandeling van hoge bloeddruk (anti-hypertensiva)	11
β-blokkers	11
Middelen inwerkend op het renine-angiotensine systeem	12
Calciumantagonisten	12
Plastabletten (diuretica)	13
Cholesterolverlagers	13
Antistollingsmiddelen	14
Bloedplaatjesremmers	14
Coumarinederivaten	15
Laagmoleculaire heparines	15
Trombine-remmers en andere nieuwere stollingsremmers	16
Pijnstillers	16
Laxeermiddelen (tegen verstopping)	17
Maagzuurremmers (tegen maagpijn)	17
Antibiotica	18
Vaccinaties	18
Streefwaarden bij ernstig nierlijden	19
Wat kan u zelf doen om uw kwaliteit van leven zo goed mogelijk te houden	20
Verdere mogelijkheden om de progressie van de nierziekte te vertragen	21
Schrijf voor ieder bezoek uw vragen op	22
Meer informatie	23
Contactgegevens	24

1. Inleiding

Er verandert veel in uw leven als de werking van uw nieren achteruitgaat. Dit kan veel onzekerheid met zich meebrengen en er kunnen veel vragen bij u opkomen.

Op een bepaald moment kan het zelfs noodzakelijk zijn dat u moet gaan dialyseren.

Om het moment van niervervangende therapie¹ zo lang mogelijk uit te stellen en om een deel van de nierfunctie op te vangen, zal u waarschijnlijk merken dat u meer medicatie moet gebruiken. Ook als u in de predialysefase² nog helemaal geen medicatie gebruikt, zullen er waarschijnlijk meerdere medicijnen worden voorgeschreven wanneer dialyse gestart wordt.

In deze brochure worden de (meest gebruikte) medicijnen beschreven. Het gaat om medicatie die gebruikt wordt door patiënten in de predialysefase en door patiënten die al dialyse³ nodig hebben. De medicijnen zijn onderverdeeld naar de wijze waarop ze werken (bijvoorbeeld: alle bloeddrukverlagende medicijnen bij elkaar).

Bij elke categorie wordt in het kort beschreven wat de achtergrond is van het gebruik van het medicijn. Van elk medicijn wordt beschreven waarom (op basis van welke ziekteverschijnselen) het medicijn wordt

1 Niervervangende therapie = de verschillende manieren waarop nierfunctie kan worden overgenomen: hemodialyse, peritoneale dialyse of niertransplantatie

2 Predialysefase = de periode waarin de nierfunctie sterk verminderd is, maar nog geen niervervangende therapie noodzakelijk is

3 Dialyse= verzamelnaam voor hemodialyse en peritoneale dialyse.

Hemodialyse= “bloedspoeling”; klassiek 3 keer per week gedurende 4 uur via een AV-fistel of katheter zuiveren van het bloed door een machine in het ziekenhuis.

Peritoneaal dialyse= “buikspoeling”; dagelijks zuiveren van het bloed door regelmatig via een buikkatheter spoelingen thuis te doen (zelfstandig overdag of 's nachts door een machine)

voorgeschreven (indicatie). Daarnaast worden mogelijke bijwerkingen beschreven.

Uiteraard zullen niet alle medicijnen beschreven kunnen worden. Er is geprobeerd om een zo volledig mogelijk overzicht van de meest gebruikte medicijnen op te stellen. Meer uitgebreide informatie per medicijn kunt u vinden in de bijsluiter van het desbetreffende medicijn. Indien u vragen hebt over een medicijn dat niet op deze lijst staat, kunt u contact opnemen met uw apotheker of behandelende (huis)arts.

2. Meest gebruikte medicatie door dialysepatiënten

MIDDELEN TER BEHANDELING VAN BLOEDARMOEDE (ANEMIE)

Een gestoorde nierfunctie kan omwille van verschillende redenen bloedarmoede⁴ veroorzaken:

Te weinig aanmaak van rode bloedcellen, omdat er een tekort is aan de bouwstoffen: ijzertekort of tekort aan andere vitaminen (vitamine B12, foliumzuur, ...)

de nieren onvoldoende erytropoïetine (epo) produceren. EPO is het hormoon dat het lichaam stimuleert om de bouwstoffen om te zetten naar rode bloedcellen.

Verhoogde afbraak van rode bloedcellen. Dit kan verschillende oorzaken hebben: bepaalde reumatologische ziekten, slechte hartkleppen, bloedziekten, slechte nierfunctie, ...

Bloedverlies door achterblijven van bloed in het hemodialysesysteem.

4 Bloedarmoede = te kort aan rode bloedcellen. Rode bloedcellen zorgen voor het vervoer van zuurstof door het ganse lichaam.

Darbepoïetine (Aranesp®)

- Indicatie:* bloedarmoede door tekort aan EPO
- Toediening:* spuitje onderhuids of rechtstreeks in de bloedbaan eens per 6 weken tot eens per week.
- Bijwerkingen:* hoge bloeddruk, hoofdpijn, bij overcorrectie verhoogd risico op hartfalen of herseninfarct

Terugbetalingsvoorwaarden

IJzer (Loferron®, Ferogradumet®, Bio-ijzer®)

- Indicatie:* bloedarmoede door ijzergebrek
- Toediening:* één pil per dag, best op nuchtere maag 's morgens. Minstens 2 uur voor innemen van de volgende medicatie innemen: bepaalde antibiotica (quinolones), medicatie tegen Parkinson (levodopa), bisfosfonaten (osteoporose, botontkalking), schildkliermedicatie (levothyroxine), natriumbicarbonaat of fosforbinders.
- Bijwerkingen:* de stoelgang kleurt zwart, zonder belang. Misselijkheid, braakneigingen, obstipatie of diarree kunnen voorkomen.

Ferrioxidesacharaat (Venofer®), IJzer Carboxymaltose (Injectafer®)

- Indicatie:* bloedarmoede door ijzergebrek.
- Toediening:* intraveneus wekelijks tot driemaandelijks
- Bijwerkingen:* metaalsmaak, milde maag-darmklachten, lage bloeddruk, warmtegevoel en overgevoeligheidsreacties. Aan alle personen die voor het eerst Venofer® wordt voorgeschreven, wordt eerst een testdosis gegeven. Indien geen allergische reacties optreden, kan de rest van de dosis worden toegediend.

Terugbetalingsvoorwaarden

MIDDELEN TER REGULATIE VAN DE CALCIUM-FOSFORBALANS: FOSFORBINDERS, VITAMINE D EN REMMERS BIJSCHILDKLIERHORMOON

Het calcium-fosforgehalte in het bloed en kalkopname in de botten wordt geregeld door samenwerking tussen darmen, bot, bijschildklier, lever, nieren en huid. Een verminderde nierfunctie leidt tot gestegen fosforgehalte in het bloed en neerslag van calcium (kalk) in de bloedvaten (aderverkalking) in plaats van in de botten (botontkalking).

Als de nieren het moeilijker hebben om fosfor uit te plassen is het vooral belangrijk om de opname van fosfor te beperken. Dit gebeurt vooral door fosforarme voeding te eten (mijden van onder andere: cola, kleurstoffen, chocolade, zuivelproducten, vlees,...) en fosforbinders.

Fosforbinders zijn medicijnen die het fosfor in de voeding binden zodat het fosfor in de stoelgang blijft en niet kan worden opgenomen in de bloedbaan. Het is dus belangrijk dat de fosforbinders samen met (of vlak voor) de maaltijd worden ingenomen.

Calciumacetaat (Phoslo®), Calciumcarbonaat

- Indicatie:* te hoog fosfor ten gevolge van niet goed werkende nieren
- Toediening:* Phoslo® en CaCO_3 moeten beiden tijdens de maaltijd worden ingenomen. Patiënten die niet goed kunnen slikken, kunnen de tabletten Phoslo® pletten en met het voedsel mengen (geeft wel bittere smaak).
- Bijwerkingen:* maag-darmklachten zoals misselijkheid en verstopping. Te hoog calciumgehalte in het bloed. Niet gelijktijdig innemen met ijzerpillen, natriumbicarbonaat, bepaalde antibiotica, ...

Sevelamer (Renagel[®], Renvela[®]), Lanthaan (Fosrenol[®])

Indicatie: Te hoog fosfor ten gevolge van niet goed werkende nieren.

Toediening: Renagel[®] en Renvela[®] pillen moeten in hun geheel en tijdens de maaltijd ingenomen worden. Fosrenol[®] tabletten moeten goed worden gekauwd en niet in hun geheel worden doorgeslikt. Renvela[®] poeder wordt opgelost in wat water (goed roeren) en moet tijdens de maaltijd worden ingenomen. Renvela[®] poeder kleurt appelmoes en fruitsap groen!

Bijwerkingen: maag-darmklachten zoals misselijkheid, braken, diarree, verstopping en winderigheid.

Terugbetalingsvoorwaarden

Vitamine D (levertraan) wordt onder invloed van zonlicht aangemaakt door de huid. De lever en nieren zetten het vitamine D om in een actieve vorm. Vitamine D zorgt voor de opname van calcium uit de voeding en transport van het calcium naar de botten. Als de nierfunctie achteruit gaat, kan het lichaam minder vitamine D opnemen/aanmaken en zijn de nieren onvoldoende in staat om vitamine D te activeren. Hierdoor ontstaat er stimulatie van de bij schildklieren (hyperparathyroidie) met veranderde botopbouw (verschillende vormen van botontkalking) en versnelde aderverkalking (arteriosclerose).

Vitamine D kan in zijn basisvorm of in zijn geactiveerde vorm worden gegeven. Het gaat om de volgende medicijnen:

Cholecalciferol (D-Cure[®])

Indicatie: te lage vitamine D spiegel in het bloed waardoor minder sterk bot en gemakkelijker vaataandoeningen ontstaan.

Bijwerkingen: slechte smaak, maag-darmlast

Alfacalcidol (1-Alpha Leo[®]), Calcitriol (Rocaltrol[®])

Indicatie: botaandoeningen die het gevolg zijn van verminderde productie van actief vitamine D in de nier. Te sterk werkende bij schildklieren. Te laag calcium in het bloed.

Bijwerkingen: verhoogd risico op te hoog calciumgehalte bij gelijktijdig gebruik van calcium. Obstipatie, maag-darmklachten.

Terugbetalingsvoorwaarden

Indien de behandeling met fosforbinders en vitamine D onvoldoende resultaat biedt om het calcium te laten opnemen in het bot, kan als aanvulling gekozen worden voor Cinacalcet. Het verlaagt de spiegels van het bij schildklierhormoon (PTH), calcium en fosfor door het verhogen van de gevoeligheid van de bij schildklier voor calcium.

Cinacalcet (Mimpara[®])

Indicatie: te hard werkende bij schildklier bij dialysepatiënten met ernstig nierfalen als onderdeel van een therapeutisch behandelplan (bijvoorbeeld samen met een fosfaatbinder en vitamine D).

Bijwerkingen: zeer vaak (bij meer dan 10% van de gebruikers): misselijkheid, braken.
Vaak (bij 1 tot 10% van de gebruikers): verlies van eetlust, duizeligheid, te laag calcium.
Interactie met verschillende medicijnen (o.a. metoprolol, fluoxetine, haloperidol, ...)

Terugbetalingsvoorwaarden

KALIUMVERLAGERS

Kalium komt in het lichaam voornamelijk voor in de (spier)cellen. Het speelt een belangrijke rol bij de prikkeloverdracht van de zenuwen. Als kalium onvoldoende door de nieren wordt uitgescheiden, kan het kaliumgehalte in het bloed te hoog worden. Hierdoor kunnen hartritmestoornissen ontstaan. Om de opname van kalium uit de darmen naar het bloed te verminderen, is het voor die patiënten belangrijk dat ze kaliumarme voeding eten en kan er gebruik worden gemaakt van kaliumbinders.

Kaliumarme voeding betekent zo weinig mogelijk rauwe groenten en fruit. Door het koken van groenten lost het kalium op in het kookvocht. Daarom raden we aan om de groenten en aardappelen zo goed mogelijk te koken (niet stomen, bakken,...) en het kookvocht weg te gieten. Soep is dus een voorbeeld van wat patiënten met ernstig nierlijden doorgaans beter niet eten: kookvocht van groenten waarbij extra bouillon wordt gedaan (bouillonblokjes bevatten veel zout).

Calciumpolystyreensulfonaat (Sorbisterit®), Calciumkayexalaat

- Indicatie:* te hoog kalium, vooral bij plotseling of blijvend nierfalen. Bevat calcium, dat niet wordt opgenomen door het lichaam.
- Bijwerkingen:* slechte smaak. Darmverstopping en eventueel een darmafsluiting door samenklonteren van het medicijn in de darm. Daarom best samen te nemen met een laxativum zoals Movicol® of Forlax®.

MIDDELEN TER BEHANDELING VAN HOGE BLOEDDRUK (ANTI-HYPERTENSIVA)

Hoge bloeddruk is een veel voorkomend probleem bij patiënten met niet goed werkende nieren. De behandeling van hypertensie is gericht op het voorkomen van herseninfarcten, -bloedingen en hartinfarcten, maar ook om verdere achteruitgang van de nierfunctie tegen te gaan. Ze hebben ook vaak een beschermende rol bij hartritmestoornissen of bij hartspierverzwakking. Er zijn verschillende groepen medicijnen om hoge bloeddruk mee te behandelen. In dit hoofdstuk worden enkel de meest gebruikte groepen beschreven.

β-BLOKKERS

Deze verlagen de hartslag en de bloeddruk. Ze worden vooral voorgeschreven ter behandeling van een hoge bloeddruk, ter bescherming van een hartinfarct of hartspierverzwakking of bij behandeling van ritmestoornissen. Binnen deze groep zijn er grote verschillen tussen hun effect op hartritme, bloeddruk, ...

Carvedilol (Kredex®), Metoprolol (Seloken®), Bisoprolol (Emconcor®)

- Indicatie:* hoge bloeddruk, hartfalen, na hartinfarct, ritmestoornissen
- Bijwerkingen:* langzame hartslag, lage bloeddruk en duizeligheid, hartfalen en koude, blauwe handen en voeten, moeheid, impotentie (seksueel onvermogen), verminderd concentratie- en reactievermogen en hoofdpijn.

MIDDELEN INWERKEND OP HET RENINE-ANGIOTENSINE SYSTEEM

Renine is een hormoon dat wordt aangemaakt door de nieren om via enkele tussenstappen (renine-angiotensine systeem) te zorgen voor water en zoutretentie, hogere bloeddruk en samentrekken van de bloedvaten (vnl thv de nieren). ACE-remmers, sartanen en renine-remmers zijn drie verschillende groepen van bloeddrukverlagende pillen die op één van de verschillende tussenstappen werkt en zo bloeddrukdaling geeft. Naast het bloeddrukverlagend effect hebben ze ook een gunstig effect op hartfalen, herstel na hartinfarct en zorgen ze er ook voor dat bij verschillende soorten van nierziekten er minder eiwit in de urine komt.

ACE-remmer: Lisinopril (Zestril®), Coversyl®, Ramipril (Tritace®)

Indicatie: hoge bloeddruk, eiwitverlies in de urine, na hartinfarct, hartfalen

Bijwerkingen: droge hoest, zwelling van de lippen, te lage bloeddruk, stijging creatinine (kan teken zijn van vernauwing thv de nierslagader)

Sartaan: Losartan (Loortan® en Cozaar®), Olmesartan (Belsar®),

Indicatie: hoge bloeddruk, eiwitverlies in de urine, na hartinfarct, hartfalen

Bijwerkingen: te lage bloeddruk, stijging creatinine (kan teken zijn van vernauwing thv de nierslagader)

Terugbetalingsvoorwaarden

CALCIUMANTAGONISTEN

Deze medicijnen remmen de instroom van calcium in de cellen. Hierdoor neemt de samentrekkingskracht van de bloedvaten af en worden ze wijder. Sommige kunnen door snelle bloeddrukdaling als reflex een snellere hartslag veroorzaken.

Diltiazem (Tildiem®), Amlodipine (Amlor®), Barnidipine (Vasexten®)

Indicatie: hoge bloeddruk, vaatspasmen (hart, vingers, tenen)

Bijwerkingen: vooral in het begin roodheid in het gezicht, warmtesensaties, hoofdpijn, hartkloppingen, vocht in de enkels, duizeligheid, vermoeidheid en maag-darmklachten.

PLASTABLETTEN (DIURETICA)

Onze nieren zorgen continu dat de vocht- en zoutbalans bewaard blijft. Als de nierfunctie vermindert kan het zijn dat de nieren dit niet meer voldoende kunnen en ontstaat er vocht en zoutopstapeling met vaak verhoogde bloeddruk, dikke voeten en kortademigheid tot gevolg. Behandeling bestaat uit volgen van een zoutarm dieet, maar soms zijn plastabletten nodig om de urineproductie te bevorderen. Omdat deze middelen in de nier zelf werken moeten ze bij patiënten met verminderde nierfunctie vaak in hoge dosis worden voorgeschreven.

Furosemide (Lasix®), Bumetanide (Burinex®)

Indicatie: zout- en vochttopstapeling door hartfalen, nierfalen of leverfalen. Vergiftigingen waarbij extra ontwatering gewenst is. Bevordering van de urineproductie of behandeling van hoge bloeddruk bij chronisch nierfalen.

Bijwerkingen: lage bloeddruk, spierkrampen, zwakte, soms stoornissen in het zien en verwardheid. Ontregelde zoutbalans.

CHOLESTEROLVERLAGERS

Patiënten met een verminderde nierfunctie hebben een hogere kans op vaatlijden. Vaatlijden kan leiden tot verdere achteruitgang van de nierfunctie maar ook tot hartziekten, herseninfarcten, pijn in de benen, Naast bloeddruk- en suikercontrole is cholesterolcontrole een goede manier om het verouderen van de bloedvaten tegen te gaan. Naast het volgen van een dieet arm aan verzadigde vetten hebben veel patiënten

nood aan cholesterolverlagende medicijnen. Er zijn verschillende soorten cholesterolverlagende pillen, maar de meest gebruikte groep zijn statines. Deze middelen werken het best als u ze 's avonds voor het slapengaan inneemt.

Simvastatine (Zocor®), Atorvastatine (Lipitor®), Pravastatine (Prareduct®), ...

Indicatie: behandeling van een te hoog cholesterol als een dieet, vermagering en sporten alleen niet voldoende zijn.

Bijwerkingen: spierkrampen. Zelden leverontsteking.

ANTISTOLLINGSMIDDELEN

Antistollingsmiddelen worden in de volksmond vaak bloedverdunners genoemd. Het zijn medicijnen die de natuurlijke neiging om bloedklonters te vormen tegenwerken.

Er zijn verschillende groepen medicatie om stolling te voorkomen.

Al deze medicijnen hebben een verhoogd risico op bloedingen.

BLOEDPLAATJESREMMERS:

Deze remmen het samenklonteren van bloedplaatjes en worden vooral gegeven ter bescherming na een hersen-/hartinfarct, bij bewezen ernstig vaatlijden of om een vaatstent open te houden.

Acetylsalicylzuur (Asaflow®, Cardio Aspirine®), Clopidogrel (Plavix®)

Indicatie: angor (hartkramp, met pijn in de harstreek). Behandeling na een hartinfarct of na een herseninfarct. Ter voorkoming van het dicht gaan van een slagader.

Bijwerkingen: maagklachten, bloedverlies in het maag-darmkanaal. Verlengde bloedingstijd. Gemakkelijker bloeduitstorting. In tegenstelling tot Cardio Aspirine® en Asaflow® geeft Plavix® geen maagzweren.

Terugbetalingsvoorwaarden voor Clopidogrel en Plavix®

COUMARINEDERIVATEN

Deze medicijnen worden gebruikt bij patiënten met hoog risico op klontervorming. Op regelmatige basis wordt er met bloednames nagegaan of de dosering van de medicijnen goed is. Dit gebeurt door het bepalen van de INR, de International Normalized Ratio, een maat voor de stollingstijd van het bloed. De werking kan teniet worden gedaan door toediening van vitamine K. Daarnaast kan de werkingskracht beïnvloed worden door andere medicijnen of pompelmoes.

Acenocoumarol (Sintrom®), Fenprocoumon (Marcoumar® en Marevan®)

Indicatie: voorkomen en behandelen van aandoeningen waarbij stollingen kunnen optreden.

Bijwerkingen: verhoogde kans op bloedingen. Misselijkheid, diarree en huidontstekingen. Zelden: haaruitval, vaatontsteking en leverbeschadiging.

LAAGMOLECULAIRE HEPARINES

In tegenstelling tot gewone heparine is het antistollend effect van deze medicijnen beter voorspelbaar en er is een duurzamer werking. Hierdoor kunnen deze middelen eenmalig voor dialyse worden toegediend en is er geen monitoring van de bloedingstijd noodzakelijk.

Nadroparine (Fraxiparine®), Enoxaparine (Clexane®)

Indicatie: diepe veneuze trombose (niet oppervlakkige flebitis). Preventie flebitis. Preventie van stolling tijdens hemodialyse.

Bijwerkingen: bloedingen. Zelden: overgevoeligheidsreacties zoals rode uitslag, astma, koorts, flauw vallen en vaatkrampen. Afsterven van de huid op de injectieplaats, voorafgegaan door paarse vlekken.

TROMBINE-REMMERS EN ANDERE NIEUWERE STOLLINGSREMMERS

De laatste jaren zijn er verschillende nieuwe medicijnen op de markt waarvan de werkingsduur stabiel is zodat er niet regelmatig bloedcontrole noodzakelijk is om de juiste dosering te kennen en er ook minder risico op bloeding is. Deze medicijnen mogen echter niet gebruikt worden bij patiënten met ernstig nierlijden.

PIJNSTILLERS

Patiënten kunnen om diverse redenen pijnmedicatie gebruiken. De meest gebruikte pijnstiller is paracetamol (al dan niet in combinatie met coffeïne of codeïne).

De zogenaamde NSAID's (ontstekingsremmers) worden zo min mogelijk voorgeschreven bij nierpatiënten omdat deze ervoor kunnen zorgen dat de nierfunctie nog verder achteruitgaat. Onder deze groep vallen onder andere Voltaren®, Brufen® en Diclofenac.

Paracetamol (Dafalgan®, Perdolan®)

Indicatie: pijn, koorts

Bijwerkingen: weinig (in de gebruikelijke dosering). Bij een te hoge dosis wordt het omgezet in een schadelijke stof. Maximale dagdosis: 4 g per dag

Tramadol (Tradolan®, Dolzam®)

Indicatie: acute en chronische matige tot ernstige pijn

Bijwerkingen: zeer vaak: misselijkheid, duizeligheid.
Vaak: moeilijker stoelgang, braken, droge mond, zweten, verwardheid, hoofdpijn.
Soms: kokhalzen, vermoeidheid, jeuk en huiduitslag.

LAXEERMIDDELEN (TEGEN VERSTOPPING)

Patiënten kunnen door verschillende redenen last hebben van een verstopping. Enkele oorzaken kunnen zijn: te weinig bewegen, een onvoldoende gezonde voeding en nevenwerkingen van verschillende medicijnen. Bij verstopping kan gekozen worden om een laxeermiddel voor te schrijven

Lactulose (Bifiteral®)

Indicatie: verstopping.

Bijwerkingen: winderigheid gedurende de eerste dagen. Bij hoge doseringen buikpijn en diarree. Langdurig gebruik van hoge doseringen kan leiden tot kaliumverlies.

Macrogol (Movicol®, Forlax®)

Indicatie: verstopping.

Bijwerkingen: geen

MAAGZUURREMMERS (TEGEN MAAGPIJN)

Onder andere door het gebruik van verschillende soorten medicatie, kunnen patiënten last krijgen van brandend maagzuur of van oprispingen. Om dit te voorkomen, kan gebruik gemaakt worden van maagzuurremmers.

Ranitidine (Zantac®)

Indicatie: maaglast, oprispingen zonder aanwezigheid van maagzweer.

Bijwerkingen: diarree, duizeligheid, hoofdpijn, huidrupties

Omeprazol (Losec®), Pantoprazol (Pantozol® en Pantomed®)

Indicatie: zweer in de dunne darm/maag. Behandeling van symptomen van terugvloeiing van de inhoud van de maag en de slokdarm. Zuurgerelateerde verstoring van de spijsvertering.

Bijwerkingen: nausea, diarree, hoofdpijn, huidrupties

Terugbetalingsvoorwaarden

ANTIBIOTICA

Antibiotica worden voorgeschreven om infecties te voorkomen of te behandelen.

Bij ernstige vermindering van de nierwerking is het voor de meeste medicijnen noodzakelijk om de dagdosis aan te passen. De antibiotica worden dan immers onvoldoende via de nieren uitgescheiden en stapelen zich in het lichaam op.

Sommige antibiotica worden tijdens dialyse verwijderd, waardoor ook hier de dosis of het tijdstip van toedienen aangepast moet worden.

Er zijn diverse soorten antibiotica. Specifieke informatie kan u steeds vragen aan uw huisarts, apotheek of nierspecialist.

VACCINATIES

Bij verminderde nierwerking stapelen er zich meer afvalstoffen op in het bloed. Hierdoor werkt het afweersysteem minder krachtig en zijn patiënten met verminderde nierfunctie vatbaarder voor infecties.

We raden daarom alle patiënten met verminderde nierfunctie aan zich jaarlijks te vaccineren tegen griep en om de vijf jaar tegen de belang-

rijkste bacterie van longontsteking (pneumococcenvaccinatie). Mensen die gevaccineerd zijn tegen griep zijn niet honderd procent beschermd (dwz ze kunnen nog steeds griepklachten krijgen), maar de griep zal minder ernstig zijn dan wanneer iemand niet gevaccineerd is.

Bij een nierfunctievermindering van < 45 ml/min is een vaccinatie voor Hepatitis B aangewezen en heeft u ook recht op terugbetaling van het vaccin (in het kader van het zorgtraject chronische nierinsufficiëntie).

Aarzel niet om uw vragen omtrent vaccinatie te bespreken met uw handelende (huis)arts.

3. Streefwaarden bij ernstig nierlijden (stadium IV-V)

	Minimale waarde	Maximale waarde
Hb onder EPO	10,3 g/dl	11,5 g/dl
Transferrine saturatie	>25%	
Ferritine	> 500 µg/l	
Natrium	135 mmol/l	145 mmol/l
Kalium	3,5 mmol/l	5,5 mmol/l
Bicarbonaat	22 mEq/l	
Calcium	2.1 mmol/L	2.4 mmol/l
Fosfor	0.9 mmol/l	1.53 mmol/l
HbA1c	<7% of 53 mmol/l	
LDL-cholesterol	< 100 mg/dl bij hoog-risicopatiënten < 70 mg/dl	
Triglyceriden		150 mg/dl
25-oh vitamine D	30 ng/ml	100 ng/ml

	Minimale waarde	Maximale waarde
PTH	Afhankelijk ernst nierlijden	
Zoutinname	< 6g per dag	
BMI	20 kg/m ²	25 kg/m ²
Albuminurie (eiwit in urine)	< 0.3 g/g creatinine of < 0.3 g/d	
Bloeddruk	< 140/80 mmHg < 130/80 mmHg bij albuminurie > 0.3 g/g creatinine	

4. Wat kan u zelf doen om uw kwaliteit van leven zo goed mogelijk te houden

Neem uw voorgeschreven medicatie volgens voorschrift in

Mensen met nierproblemen moeten vaak medicatie innemen en het kan soms om veel verschillende medicijnen gaan. Houd een actuele lijst van uw medicatie bij, waarop ook de dosering staat en hoe vaak u ze moet innemen. Het is aan te raden al uw medicatie mee te nemen naar een doktersbezoek, zodat er geen onduidelijkheden ontstaan over de in te nemen medicatie. U kunt ook gebruik maken van een pillendoos (iedere week vullen met de te nemen medicatie voor die week) om zo beter georganiseerd te zijn. Vraag ruim op tijd een voorschrift aan, zodat u nooit zonder medicijnen komt te zitten.

Laat artsen altijd weten dat uw nieren een verminderde werking hebben!

Als u chronische nierinsufficiëntie hebt en u krijgt antibiotica voorgeschreven, vraag uw arts/apotheker dan naar eventuele gevolgen hiervan voor uw nieren. Ook bepaalde pijnstillers (de zogenaamde NSAID's of ontstekingsremmers worden zo min mogelijk voorgeschreven bij nierpatiënten omdat deze ervoor kunnen zorgen dat de nierfunctie nog

verder achteruitgaat. Onder deze groep vallen onder andere Voltaren®, Brufen® en Diclofenac.

Neem met uw arts alle medicijnen door die u slikt. Laat artsen en apotheker altijd weten dat uw nieren een verminderde werking hebben! (vb. op spoedgevallen, huisarts/apotheek van wacht, ...)

Soms worden onderzoeken met contrastkleurstof aanbevolen. Het kan voor u nodig zijn om dit onderzoek te ondergaan, maar vraag dit steeds na bij uw nierspecialist want contraststof kan de nieren beschadigen.

Pas uw voeding aan

Voeding kan bijdragen tot een betere conditie. Vraag daarom tijdig advies aan een diëtist over wat voor u belangrijk is. Hij/zij kan u heel wat nuttige informatie geven zodat u op een praktische manier weet hoe u “nier-gezond” kan eten en koken.

Pas uw levensstijl aan

Roken is ongezond en dit geldt zeker voor patiënten met een verminderde nierfunctie. U kan zich laten begeleiden door een rookstop programma of laten ondersteunen met pillen of pleisters.

Ook regelmatig bewegen is heel belangrijk. Bijvoorbeeld iedere dag een half uurtje wandelen of fietsen op een hometrainer.

Verdere mogelijkheden om de progressie van de nierziekte te vertragen

Bij alle patiënten met een chronische nierziekte kunnen de volgende maatregelen behulpzaam zijn om de voortgang van de nierziekte te vertragen:

- Strikte controle van suikerspiegels bij diabetes
- Strikte controle van de bloeddruk
- zoutbeperking in het dieet
- Cholesterolverlagende therapie
- Gedeeltelijke correctie van anemie (bloedarmoede)

- Fosforbeperking (mijden van onder andere: cola, kleurstoffen, chocolade, zuivelproducten, vlees,...)
- Persoonlijk dieetvoorschrift

In sommige gevallen kan de nierziekte zelf behandeld worden. Bij een blokkade van de urinenwegen bijvoorbeeld, kan een operatie helpen. En antibiotica kunnen een infectie genezen. Bij sommige nierziekten, zoals IgA nefropathie en glomerulonefritis kunnen de nierfilters door een ontsteking beschadigen. Het is soms mogelijk om de ziekte te vertragen door het immuunsysteem te onderdrukken met steroïden en/of andere medicijnen. Als de schade ontstaan is door wel of niet voorgeschreven medicatie, kan uw arts andere medicijnen voorschrijven die minder schadelijk zijn voor uw nieren.

SCHRIJF VOOR IEDER BEZOEK UW VRAGEN OP

Schrijf voor ieder bezoek vragen op die u kunt stellen aan uw (huis) arts. Tijdens een raadpleging komen verschillende dingen aan bod en vaak vergeet u net op dat moment een vraag of klacht te melden die u eigenlijk al dagen of weken bezig houdt. Met uw lijstje bij de hand bent u zeker dat u een antwoord zal krijgen op al uw vragen.

Schrijf ook de antwoorden op. Thuis kan je dat nog eens nalezen om zeker te zijn dat u de dingen correct hebt begrepen.

MEER INFORMATIE

Er is veel informatie te vinden over nierziekten, in boeken, tijdschriften en dvd's. Via predialyse-raadpleging en renale diëtiste krijgt u een infobrochure en het dieetboek. Het internet is ook een goede plek om informatie te zoeken, maar geloof niet alles wat u leest. Sites die betrouwbare informatie bevatten zijn o.a.

www.fenier-fabir.net

www.dialysekeuze.be

www.nierstichting.nl

Uw (huis)arts is de aangewezen persoon om vragen te beantwoorden en u van informatie te voorzien betreffende uw ziekte. Omdat geen twee patiënten hetzelfde zijn en aanbevelingen per persoon kunnen verschillen, is het belangrijk om hulp te zoeken bij iemand die uw medische situatie kent. Aarzel niet om te vragen. Zij zijn er voor u en niet andersom!

CONTACTGEGEVENS

Moedercentrum AZ Glorieux Ronse

Low Care Oudenaarde

Tel. 055/23 37 03

Low Care Sint Elisabeth Ziekenhuis Zottegem

Tel. 09/364 87 29

Low Care OLV van Lourdes Ziekenhuis Waregem

Tel. 056/62 36 20

Diëtiste

Ronse - Zottegem – Oudenaarde

055/23 37 14

Waregem

056/62 39 10

Nefrologie - artsen

Dr. Bogaert A.M.

Dr. Vanuytsel J.

Dr. Boey O.

Dr. Mahieu E.

Dr. Leroy F.

az Glorieux Ronse
vzw Werken Glorieux

Glorieuxlaan 55

9600 Ronse

Tel. 055 23 30 11

Fax 055 23 30 22

www.werken-glorieux.be

info@werken-glorieux.be