



Verzuring van het bloed (renale acidose)

Eén van de functies van de nieren is het stabiel houden van de zuurgraad van het bloed. Dit doet de nier door zuur (H^+) uit het bloed te halen en via de urine uit het lichaam te verwijderen.

Wanneer de nieren niet goed meer werken, wordt ook het zuur minder goed uit het bloed verwijderd. Hierdoor stijgt het zuurgehalte in het bloed. Dit heeft een negatieve invloed op uw stofwisseling en uw gezondheid:

- er komt meer calcium en fosfaat vrij uit uw botten waardoor uw botten minder sterk worden
- de afbraak van skeletspieren wordt gestimuleerd en de opbouw afgeremd waardoor de spiermassa afneemt en spierzwakte ontstaat
- kalium komt vrij uit de (spier)cellen waardoor het kaliumgehalte in het bloed te hoog kan worden
- klachten van algehele zwakte en benauwdheid kunnen verergeren

Waarschijnlijk heeft u aanvankelijk geen klachten als uw bloed verzuurt. Om te voorkomen dat er ongemerkt verzuring van uw bloed ontstaat, vraagt de nefroloog regelmatig het totaal CO_2 -gehalte (= koolzuur) aan bij uw bloedonderzoek. Het CO_2 -gehalte is namelijk een belangrijke indicatie voor het zuurgehalte van uw bloed.

Behandeling van renale acidose

Wanneer uit het bloedonderzoek blijkt dat het CO_2 -gehalte lager is dan 20 mmol/L wordt u behandeld met natriumbicarbonaat (ook wel natriumwaterstofcarbonaat genoemd). Het bicarbonaat zorgt ervoor dat het zuur in het bloed wordt weggevangen. Helaas levert dit medicijn ook natrium (onderdeel van zout). Een alternatief is lactaatdrink.



Naast het innemen van natriumbicarbonaat kunt u zelf nog invloed uitoefenen op de aanmaak van zuur door goed te letten op de hoeveelheid eiwit in uw voeding. Hoe meer eiwit u eet hoe meer zuur er wordt geproduceerd.

Bij acidose stijgt het kaliumgehalte in het bloed (hyperkaliëmie). De nieren proberen daarop meer kalium uit het bloed te filteren. Dit gaat ten koste van de hoeveelheid zuur die de nieren kunnen uitscheiden, waardoor een vicieuze cirkel kan ontstaan. Andersom verhoogt een hoog kaliumgehalte in het bloed de kans op het zuur worden van uw bloed.

De nefroloog of diëtist geeft aan of het voor u nodig is te letten op de hoeveelheid kalium die u via de voeding binnenkrijgt.

Wanneer bij u sprake is van verzuring is het dus niet alleen belangrijk om de natriumbicarbonaat te slikken maar ook om de aanbevelingen over de inname van eiwit, natrium en kalium op te volgen. Deze maatregelen zorgen samen voor een zo goed mogelijke behandeling van de acidose. Zie info 4.1 'Eiwit', info 4.3 'Natrium (zout)' en info 4.8 'Kalium'.