



Behandeling van chronische nierschade

De behandeling van chronische nierschade hangt af van hoe goed uw nieren nog werken.

De behandeling bestaat uit drie peilers:

1. Vertragen van verdere achteruitgang van uw nierfunctie.
2. Behandelen van complicaties.
3. Voorkomen (=preventie) van hart- en vaatziekten.

Vertragen van verdere achteruitgang van de nierfunctie

Soms kan de oorzaak van uw nierschade worden behandeld, waarna herstel van uw nierfunctie mogelijk is.

Is de oorzaak niet weg te nemen, dan zal de behandeling zich richten op het vertragen van de achteruitgang. Belangrijke aandachtspunten hierbij zijn:

- Behandelen van hoge bloeddruk
- Beperken van het eiwitverlies via de urine
- Verbeteren van uw leefstijl:
 - Gezond eten: minder zout en niet teveel eiwit
 - Voldoende bewegen
 - Gezond gewicht behouden; bij overgewicht minimaal 5 tot 10% afvallen
 - Niet roken
 - Matigen met alcohol
- Indien van toepassing: goede instelling van uw diabetes

Behandelen van complicaties

Een verminderde nierfunctie gaat gepaard met diverse complicaties. De nefroloog probeert de gevolgen van de complicaties zoveel mogelijk te beperken.

Voorbeelden zijn:

- Bloedarmoede
- Botstofwisselingsstoornissen
- Verhoogde zuurgraad van uw bloed
- Verhoogd kaliumgehalte in uw bloed
- Verslechtering van uw voedingstoestand en conditie



Voorkomen van hart- en vaatziekte

Nierpatiënten hebben meer kans op het krijgen van hart- en vaatziekten. Om deze te beperken/verkleinen wordt er aandacht besteed aan:

- Behandelen van hoge bloeddruk
- Beperken van het eiwitverlies via de urine
- Verbeteren van uw leefstijl
- Indien van toepassing: goede instelling van uw diabetes
- Behandelen van verhoogd cholesterolgehalte in uw bloed
- Behandelen van verhoogd fosfaatgehalte in uw bloed

Onderzoeken

Voor een goede behandeling zal de arts regelmatig bepaalde onderzoeken aanvragen. Wat kunt u verwachten?

Bloeddruk meten

Voordat u naar de nefroloog gaat meet de polikliniekassistente uw bloeddruk op.

Bent u vaak gespannen of gehaast voor de afspraak met de nefroloog? Het kan dan zinvol zijn om 'een bloeddruk in rust' te meten. Hiervoor wordt een aparte afspraak gemaakt bij de polikliniekassistente vlak voor uw afspraak met de nefroloog. Gedurende 10 minuten gaat u rustig in een stoel zitten. In die tijd wordt een paar keer automatisch de bloeddruk gemeten.

Het is zinvol thuis met enige regelmaat de bloeddruk te meten. U kunt een bloeddrukmeter kopen bij bijvoorbeeld de apotheek of een thuiszorgwinkel. Wilt u dit niet, vraag dan aan de assistente van de huisarts of zij af en toe uw bloeddruk wil meten. Noteer deze gegevens en neem ze mee naar de afspraak met de nefroloog.



Als de nefroloog twijfels heeft over uw bloeddruk, kan hij een 24-uurs bloeddrukmeting aanvragen. Op de polikliniek krijgt u een bloeddrukmeter om die u 24 uur moet dragen. U krijgt nadere instructies van de polikliniekassistente.

Lengte en gewicht

Bij uw eerste bezoek aan de polikliniek nierzorg is uw lengte gemeten. Bij elke controle wordt uw gewicht bepaald.

Bloedonderzoek

Door bloedonderzoek kan het effect van de behandeling worden geëvalueerd. De hoeveelheid afvalstoffen in uw bloed zegt iets over de ernst van uw nierfunctieverlies.

Andere bloedbepalingen zijn nodig om te beoordelen of en welke complicaties er ontstaan. Voor enkele bepalingen is het nodig dat u nuchter bent. De polikliniekassistente informeert u hierover.

U ontvangt het aanvraagformulier voor bloedafname van de polikliniekassistente. Voor bloedafname kunt u terecht bij het afnamelaboratorium in Ede en de prikposten op de buitenlocaties, tenzij u van de polikliniekassistente andere instructies ontvangt.

Urineonderzoek

De nieren filteren allerlei stoffen uit het bloed die u vervolgens met de urine uitplast. Onderzoek van de urine is dus heel belangrijk. Meestal wordt u gevraagd 24-uurs urine te sparen, soms is een portie urine nodig.

U ontvangt het aanvraagformulier voor urineonderzoek van de polikliniekassistente. U kunt de urine in principe ook inleveren op de buitenlocaties, tenzij u van de polikliniekassistente andere instructies ontvangt.



Zie info 3.2A '24-Uur urine verzamelen' en/of info 3.3 'Urine onderzoek'.

Echo nieren

Bij dit onderzoek worden met geluidsgolven uw nieren zichtbaar gemaakt. Dit gebeurt met behulp van een klein apparaatje (transducer) dat geluidsgolven uitzendt en weer opvangt. De geluidsgolven zijn pijnloos en u kunt ze niet horen. Meestal moet u één uur voor het onderzoek achter elkaar drie volle glazen water drinken en daarna niet meer plassen.

Het onderzoek vindt plaats op de afdeling radiologie, vleugel A, 1^{ste} etage, bestemming 41. De polikliniekassistente zal voor u een afspraak maken en u instrueren over de voorbereiding.

ECG

Een ECG (hartfilmpje) geeft informatie over eventuele hartziekten en afwijkingen in het hartritme. U kunt, zodra de polikliniekassistente de aanvraag in het computersysteem heeft gezet, zonder afspraak dit hartfilmpje laten maken bij de hartfunctie, vleugel A, begane grond, bestemming 34.

X-thorax

Dit is een foto van uw borstkas, waarop de longen, het hart en de grote bloedvaten zichtbaar zijn. Het onderzoek bestaat uit het maken van twee foto's:

- Een foto vanaf de rugzijde.
- Een foto van de zijkant van de borstkas.

Nadat de polikliniekassistente de aanvraag in het computer-systeem heeft gezet, kunt u zonder afspraak deze foto laten maken bij de afdeling radiologie, vleugel A, 1^{ste} etage, bestemming 41.



Eigen inbreng

U kunt zelf een belangrijke bijdrage leveren aan uw eigen behandeling. Hierbij heeft u meerdere mogelijkheden. U moet wellicht keuzes maken. Een hulpmiddel hierbij is het stellen van '3 goede vragen'. Stel deze 3 goede vragen en beslis daarna samen met uw behandelteam waaraan u gaat werken.

De '3 goede vragen' zijn:



De kans is groot dat u naast deze '3 goede vragen' ook andere vragen heeft. Vragen die tijdens de gesprekken met uw behandelteam opkomen of vragen die u later thuis bedenkt. Blijf hier niet mee zitten.

- Geef het aan als u iets niet begrijpt.
- Bespreek het als u ergens aan twijfelt.
- Noteer van te voren uw vragen in de Patiënten Informatie Map zodat u ze de volgende keer niet vergeet te bespreken.
- Noteer de antwoorden zodat u ze later rustig na kunt lezen.
- Vat het gesprek aan het eind in uw eigen woorden samen. Zo kunt u met uw behandelaar nagaan of u alles heeft begrepen.