

VOCHTBEPERKING BIJ DIALYSE

FRANCISCUS GASTHUIS

Inleiding

Ons lichaam bestaat voor tweederde deel uit water. Normaal gesproken zorgen uw nieren voor het uitscheiden van het vocht. Een vochtbeperking is nodig wanneer uw nieren nauwelijks meer werken. Uw nieren plassen dan onvoldoende vocht uit en het vocht blijft in uw lichaam achter. Te veel vocht in uw lichaam leidt tot vochtophopingen, u kunt benauwd worden en de bloeddruk stijgt.

Vochtbeperking bij hemodialyse

Bij de hemodialyse mag u per dag 750 ml vocht gebruiken. Als u nog plast, mag u de hoeveelheid urine per 24 uur hierbij optellen. Bijvoorbeeld: als u 500 ml plast per 24 uur mag u per dag 1250 ml vocht gebruiken (750 ml+500 ml). Het streven is om tussen twee dialysebehandelingen niet meer dan 2 kg aan te komen.

Vochtbeperking bij peritoneaaldialyse

Als u minder dan 1000 ml plast, wordt een vochtbeperking van 1500 ml afgesproken. Het is mogelijk dat u ondanks de vochtbeperking van 1500 ml, toch niet voldoende vocht uitspoelt. De verpleegkundige en arts geven u dan persoonlijk een aangepast advies ten aanzien van de vochtbeperking.

Binnen de vochtbeperking vallen:

- Alle dranken
- Alle melkproducten
- Soep
- Nagerecht
- Fruit, vruchtenconserven en vruchtenmoes
- IJs en ijsblokjes

Wist u dat?

- Zout eten dorst veroorzaakt en vocht vasthoudt.
- Zoete dranken en snoepjes de dorst minder lessen dan zure dranken en snoepjes.

Tips

- Gebruik kleine glazen en kopjes. Zo kunt u het vocht beter over de dag verdelen.
- Een ijsklontje is niet snel op en helpt langer tegen de dorst.
- Neem de medicijnen in met een lepel vla, yoghurt of appelmoes. Dit is veel minder vocht dan een glas water.
- Maak radijsjes goed schoon en snijd ze doormidden. Laat ze bevriezen in de diepvries. Neem bij dorst een half radijsje in de mond. Heel dorstlessend!
- Houd uw vochtintake bij. Dit kunt u doen door uw gewicht te controleren op uw weegschaal of uw vochtinname te verzamelen in een maatbeker.

Vragen

Als u na het lezen van deze folder nog vragen heeft, dan kunt u deze stellen aan uw behandelend arts, diëtiste, dialyseverpleegkundige of nefrologieverpleegkundige. Zij helpen u graag verder. Een vochtbeperking is tenslotte niet bedoeld om uw leven ingewikkelder te maken, maar om ten goede te komen aan uw gezondheid.

Voor vragen kunt u ook telefonisch contact opnemen met de afdeling Nefrologie, via telefoonnummer 010 – 461 6417 of het Dialysecentrum, via telefoonnummer 010 – 461 6362.