

+ Dialyse



De calciumfosfaat
huishouding



Wat moet ik daarover weten?

Wanneer uw nieren beschadigd zijn en niet goed meer werken verandert er veel in uw lichaam. Onder andere de calciumfosfaathuishouding raakt verstoord. In deze brochure beschrijven we wat calcium en fosfaat zijn, waarom het belangrijk is om de calciumfosfaathuishouding zo goed mogelijk in balans te houden, en wat u hieraan zelf kunt doen.

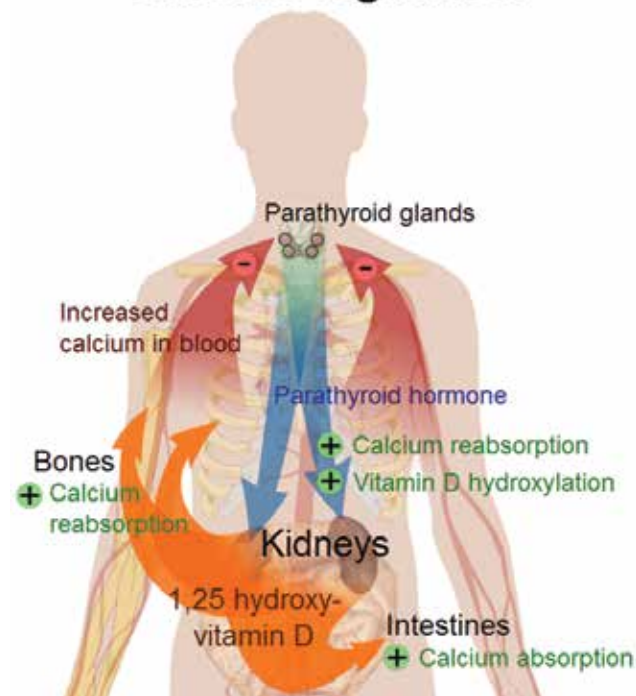
Wat is Calcium?

Calcium is een mineraal dat in uw lichaam zorgt voor een sterk en gezond skelet en gebit. Ook is calcium nodig om uw spieren en zenuwen goed te laten werken. Calcium krijgt u binnen via de voeding, zoals melk en melkproducten. Gezonde nieren vormen actief vitamine D. Vitamine D heeft u nodig om calcium via de darmen op te nemen. Doordat uw nieren niet meer goed werken, vormen ze te weinig vitamine D. Dit tekort aan vitamine D zorgt ervoor dat er minder calcium wordt opgenomen in uw lichaam.

Wat is Fosfaat?

Fosfaat is, net als calcium, een mineraal. Samen met het calcium is fosfaat onder andere een belangrijke bouwsteen voor sterke botten en gebit. Ook is fosfaat, net als calcium, nodig om uw spieren en zenuwen goed te laten werken.

Calcium regulation



Fosfaat krijgt u binnen via de voeding. Veel fosfaat zit in eiwitrijke producten, zoals:

- melk en melkproducten
- vlees/kip/vis
- eieren
- kaas/smeerkaas
- peulvruchten zoals bruine en witte bonen en linzen
- chocolade

Gezonde nieren houden de hoeveelheid fosfaat in uw lichaam in evenwicht. Bij teveel fosfaat zorgen uw nieren ervoor dat u een deel weer uitplast. Wanneer uw nieren niet meer goed werken neemt het fosfaatgehalte in uw bloed toe. Een hoog fosfaatgehalte kan klachten geven zoals jeuk en rode ogen. Ook kan een teveel aan fosfaat in het bloed als het ware gaan samenklonteren (samen met calcium). Dit kan weer leiden tot verkalkingen in bloedvaten en soms zelfs in huid en spieren. Bij verkalkingen in de bloedvaten kunnen vervolgens ernstige hart- en vaatziekten ontstaan.

Gezonde nieren zorgen ervoor dat de hoeveelheden calcium en fosfaat in uw bloed precies goed zijn. Maar omdat uw nieren niet goed werken is dit proces verstoord (wat we 'de calciumfosfaathuishouding' noemen). Bij verstoring van de calciumfosfaathuishouding kan er ook een tekort aan calcium en fosfaat in uw botten ontstaan. Dit kan leiden tot botziekten waarbij uw botten zwak en broos worden.

Wij willen complicaties zoveel mogelijk voorkomen. Daarom is het belangrijker dat uw calciumfosfaathuishouding zo goed mogelijk in evenwicht blijft.

Dialysebehandeling

Uw nefroloog heeft met u besproken welke dialyse behandeling voor u het beste is. De dialyse behandeling vervangt voor een deel de functie van uw zieke nieren. Dialyse helpt hierdoor onder andere uw calcium- en fosfaathuishouding te verbeteren.

Fosfaatbinders

Om uw fosfaatgehalte in het bloed op peil te houden en met name om te voorkomen dat deze te hoog wordt, krijgt u zo nodig fosfaatbinders voorgeschreven. Het is niet de bedoeling dat u minder eiwitten via de voeding inneemt om het fosfaatgehalte in het bloed te laten dalen. Het is juist belangrijk dat u fosfaatbinders bij fosfaatrijk voedsel gebruikt. Voor verdere vragen kunt u ook contact opnemen met de diëtiste.

Een fosfaatbinder bindt zich in uw darmen aan het fosfaat uit uw voeding. Hierdoor wordt het fosfaat niet in uw lichaam opgenomen. Het is belangrijk dat u deze medicijnen op het juiste tijdstip bij de maaltijd inneemt. Anders werken de medicijnen niet goed.

Medicijn Wanneer innemen

Renagel - tijdens het eten.

Calci-Chew - 15 minuten voor de maaltijd op kauwen.

Fosfaatbinder

Tip: Wist u dat u geen tablet Renagel hoeft in te nemen als u geen eiwitrijk voedsel eet?

Besprek dit met uw nefroloog en/of diëtist.

Tip: Besprek met uw nefroloog of u een extrafosfaatbinder in moet nemen bij een eiwitrijktussendoortje, bijvoorbeeld bij kaasblokjes of drinkvoeding.

Dieet

Meer informatie kunt u vinden in het boek 'Eten met plezier'. Op de website www.mijnnierinzicht.nl kunt u uitgebreide informatie vinden.

Voor meerdere informatie en/of vragen graag u w behandelende nefroloog, dialyseverpleegkundige en/of diëtiste bellen Telefoonnummer: (+297) 527 4370.

Dr. Horacio E. Oduber Hospitaal

Dr. Horacio E. Oduber Hospitaal Boulevard #1

Tel: (+297) 527 4000

www.arubahospital.com