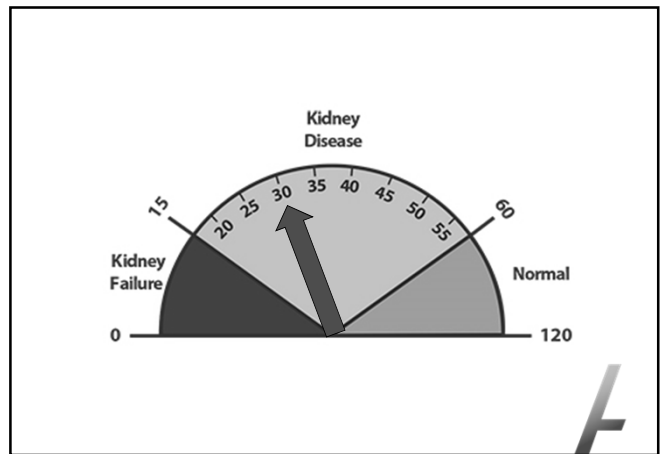
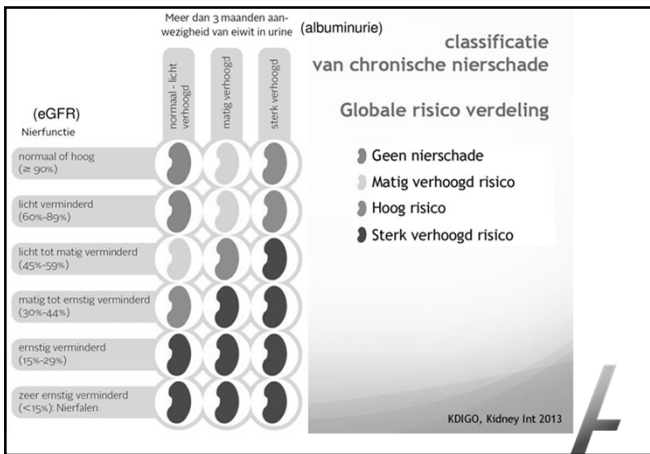


Amphi

## Dieet bij nierfalen

**Evelien de Cuijper**  
Dietist nefrologie.



### Vroeg opsporen, preventie en behandeling chronische nierschade

**Online risicotest**

Mensen kunnen zelf het risico afnemen of door hun zorgverlener, gemeente of werkgever worden uitgenodigd, een online risicotest te doen. Er zijn momenteel twee betrouwbare testen beschikbaar:

- [www.testuwriscio.nl](http://www.testuwriscio.nl)
- [www.persoonlijkgezondheidscheck.nl](http://www.persoonlijkgezondheidscheck.nl)

**Behandeling van chronische nierschade in de eerste lijn**

Volgens de richtlijnen moeten mensen met chronische nierschade minimaal één keer per jaar hun nierfunctie en de aanwezigheid van eiwit in de urine laten controleren.<sup>14</sup> Daarnaast is een jaarlijkse controle van de bloeddruk met adequate behandeling vereist. Ook bij mensen met diabetes en/of hoge bloeddruk moeten deze controles jaarlijks worden gedaan. Een belangrijke rol heeft u aangegrepen voor de eerste lijn.

De grootste groep mensen met chronische nierschade (10 miljoen met een matig verhoogd risico) kan behandeld en begeleid worden in de eerste lijn bij de huisarts en praktijkonderzoner of praktijkverpleegkundige. Voor mensen met een hoog risico (1 miljoen Nederlanders) of sterk verhoogd risico (500.000 Nederlanders) is consultatie van of doorverwijzing naar een nefroloog door de huisarts noodzakelijk. Dit is afhankelijk van de ernst van de nierschade, de onderliggende risicofactoren of aanwezigheid van andere aandoeningen.

### Preventie belang voor Nierstichting

#### Belang van preventie en tijdig behandelen

Het is belangrijk dat bij mensen met chronische nierschade al vanaf een vroegtijdige controle en behandeling plaatsvindt.<sup>15</sup> De behandeling is erop gericht om verdere achteruitgang van de nierfunctie en daarmee samenhangende complicaties en sterfte te voorkomen.<sup>16</sup>

Door tijdige behandeling is belangrijke gezondheidswinst te behalen: verdere achteruitgang van de nierfunctie kan worden voorkomen en het startmoment van nierfunctievervangende behandeling kan worden uitgesteld.<sup>17</sup>

Wanneer bij mensen pas in een late fase van nierschade (nierfunctie van 15-30%) een adequate behandeling wordt gezocht, kan het moment waarop er met een nierfunctievervangende behandeling moet worden begonnen, slechts beperkt tijd worden uitgesteld.


Wanneer de behandeling start op het moment dat de nierfunctie nog 60-90% is, is de kans van slagen veel groter en kan het startmoment van nierfunctievervangende behandeling nog geen worden uitgesteld.

Het betreft in dit geval de mensen met chronische nierschade met een matig verhoogd risico. In Nederland gaat het om circa 10 miljoen mensen. Zij zijn veel het algemeen onder behandeling van de huisarts. Huisartsen hebben dan ook een belangrijke rol in preventie van nierfalen.

**Gezondheidswinst bij vroegtijdige interventie**

Y-axis: eGFR (ml/min/1.73m²) from 0 to 60  
X-axis: Follow-up in years (0 to 10)  
Legend: vroegtijdige interventie, late interventie

# Niercheck



HET NIERCHECK ONDERZOEK IN BREDA IS IN VOLLE GANG

# Je voelt er vrij weinig van

Factheet Nieren en nierschade

## Klachten en behandeling chronische nierschade

In de **hogefase** van chronische nierschade hebben mensen **geen tot weinig klachten** en verloopt het ziekteproces vaak **onopgemerkt**. Het **meestdeel** van de mensen is **gids niet bewust van de aandoening**. Dit is geen goede zaak want chronische nierschade is **onkenbaar** en kan ernstige gevolgen hebben. De **behandeling is er dan ook op gericht** om **verdere nierfunctievervalsing en nierfalen tegen te gaan** en om **complicaties van chronische nierschade, met name cardiovasculaire complicaties en sterfte, te voorkomen**.

### Stapelning van klachten en meer complexe behandeling

Klachten zijn meestal **asymptotisch** en doen daarom niet direct aan nierschade denken. Het **emmeren** de chronische nierschade is, des te meer klachten en medische problemen ontstaan en des te complexer de **behandeling** wordt. Het **het** **betreft** **van** de **problematiek** **neemt** **ook** **het** **risk** **op** **complicaties** **toe**. Mensen met chronische nierschade **worden** **al** **vanaf** **een** **vroeg** **fase** **ge** **ge** **screened** **en** **behandeld** **aparte** **of**.

De **grootste** **groep** **mensen** **met** **chronische** **nierschade** **lijdt** **aan** **een** **hoog** **risico** **op** **complicaties**. Het **behandeld** **en** **begleed** **worden** **in** **de** **verste** **toe** **de** **hulst** **en** **praktijkondersteuner** **of** **praktijkverpleegkundige** **voor** **mensen** **met** **een** **hoog** **of** **af** **een** **verhoogd** **risko**. Het **de** **hulst** **de** **verhoof** **raadplegen** **door** **verpleegkundigen** **of** **verhoof**. Dit **is** **afhankelijk** **van** **de** **ernst** **van** **de** **nierschade**, **de** **voorgeschiedenis** **van** **andere** **ziekten** **of** **overlevings** **van** **andere** **aandoeningen**.

#### Indeling risicogroepen

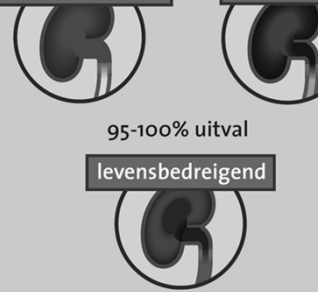
- **Hoog** **verhoogd** **risko** **op** **nierfalen**, **cardiovasculaire** **complicaties** **en** **sterfte** **op** **vroeg** **tijd** **na** **diagnose**. **Meestal** **onder** **behandeling** **van** **een** **hulst**.
- **Hoog** **risko** **op** **nierfalen** (**cardiovasculaire** **complicaties** **en** **sterfte** **op** **vroeg** **tijd** **na** **diagnose**). **Onder** **behandeling** **van** **hulst** **en/of** **verhoof**.
- **Laag** **verhoogd** **risko** **op** **nierfalen**, **cardiovasculaire** **complicaties** **en** **sterfte** **op** **vroeg** **tijd** **na** **diagnose**. **Meestal** **onder** **behandeling** **van** **verhoof**.



o tot 70% uitval **geen symptomen**

70-95% uitval **symptomen**

95-100% uitval **levensbedreigend**



# En het komt nooit alleen.

## Stapelning van medische problematiek, klachten en behandeling bij toenemende nierschade

Organ (type)	Medische problematiek	Risico	Klachten	Behandeling
<b>Orgaan (type)</b>	• Toernormale nierfunctie/behandeling	• In beginstadium weinig tot geen klachten		• Controle nierfunctie en preventie van achteruitgang
<b>Cardio-vasculair</b>	• Verhoogde bloeddruk	• Hoge bloeddruk	• Hoofdpijn	• Leefwijze: stop met roken, beperk zoutgebruik, verminder overgewicht, zorg voor voldoende lichaamsbeweging
	• Hart en vaatziekten	• Hoge bloeddruk	• Hoofdpijn	• Bij mensen met diabetes zorgen voor optimale glucosecontrole
	• Verhoogd urinezuur in het bloed	• Hoge bloeddruk	• Juck	• Proefpauze en valdieren
<b>metabool</b>	• Verhoogd kalium in het bloed	• Voedselbeperking (voedsel)	• Spijsverteringsproblemen en wettien	• Behandeling hoge bloeddruk, vermindering van eiwit in de urine met specifieke bloeddrukverlagende geneesmiddelen, zoals ACE remmers (die meestal en laag) of A2 blokkers (die lastiger en vibaar)
	• Verhoogd fosfaat in het bloed	• Mide vermoeidheid	• Spijsverteringsproblemen en wettien	• Gebruik geen medicijnen die nierschade kunnen verslechteren, zoals NSAID's (begeleid en dehydratie en bepaalde antibiotica)
	• Afwijkende zuregraad in het bloed	• Pijn op de borst, hartkloppingen, benauwdheid	• Mide vermoeidheid	• Pas op bij onderzoek met een jodiumhoudend contrastmiddel
<b>hormonaal</b>	• Vitamine D tekort	• Prikkelingen, een doof gevoel, pijn, vermindering van de spanning en nachtelijke sporterangen	• Problemen met het bijhouden	• Behandeling oedeem
	• Te snel werkende psychiatrie	• Juck (door verhoofde dialyse, aanstaken zuregraad of verhoofde fosfaat)	• Problemen met het bijhouden	• Eiwitbeperkt dieet
<b>NIERFALEN</b>	• Bloedarmoede	• Bloedarmoede	• Bloedarmoede	• Behandeling problemen in calcium en fosfaatbeheer
	• Bloedarmoede	• Bloedarmoede	• Bloedarmoede	• Behandeling problemen in (metabole) stofwisseling, zoals verhoofde kaliumgraad en afwijkende zuregraad in het bloed
	• Bloedarmoede	• Bloedarmoede	• Bloedarmoede	• Behandeling hormonale complicaties, zoals latent diabetes D

**Medicatie:** minder dan 200 mg per dag, 100 mg per dag, 50 mg per dag, 25 mg per dag, 12,5 mg per dag

**Eiwitbeperkt dieet:** 100 mg per dag, 125 mg per dag, 150 mg per dag, 175 mg per dag, 200 mg per dag

**Behandeling problemen in calcium en fosfaatbeheer:** 100 mg per dag, 125 mg per dag, 150 mg per dag, 175 mg per dag, 200 mg per dag

# Dieetonderdelen

- Zout
- Eiwit
- Energie
- Kalium
- Fosfaat
- Vocht
- Koolhydraten/diabetes
- Vet/vaatlijden



DE KUNST VAN PRECIES GENOEG



# Weg met zout

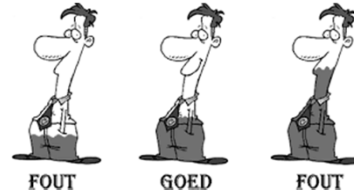


## Energie en eiwit: voldoende



## Tenzij overvulling:

Energie, eiwit en vocht



## Tenzij kaliumprobleem



Zelden!

## Eiwit

Spieropbouw  
Wondgenezing

Verhoogde behoefte bij stress, inflammatie en ouderdom

Maar ook

- Aversie eiwitrijk voedsel
- Fosfaatrijk
- Kaliumrijk



## Eiwit

Vroeger: eiwitbeperkt. (0,6-0,8 p kg)

Nu:

Streven **0,8 per kg** ideaal lichaamsgewicht (overgewicht BMI 27,5; ondergewicht huidig gewicht)

- Aanpassen bij start therapie: **HD, PD: 1,2 per kg**
- Aanpassen aan ziektebeeld: tot **1,5 – 1,7 (CVVHD en postop) per kg**
- Op geleide lab bijsturen
- Na transplantatie mogelijk ook 1-1,2 p kg.
- Lab moeilijk te interpreteren

**Ouderen minimaal 1 g/kg.**

- Dubbel beleg, kleine frequente maaltijden
- Zo nodig drinkvoeding/ dieetpreparaten

**Bij 1,70 m: afhankelijk van gewicht en behoefte: streven 46-120 gram eiwit: maatwerk!**

## Eiwit



Voorbeeld van producten met eiwit

© Maake Wijnands / Nervis.nl

## Dagvoeding

Ontbijt: 1 snee brood met margarine en jam  
 → 1 kopje thee  
 Lunch: 2 sneetjes brood met margarine, 1 plakje kaas, 1 plakje vleeswaren  
 → 1 glas melk  
 Diner: 2 aardappelen, groenten en kleine portie vlees met wat jus, 1 toetje  
 Tussendoor: thee, koffie, limonade, koekje, 1 stuk fruit

Leverd 46 gram eiwit.

F

## Verhoging eiwit- energie inname

Dubbel beleg / beleg uit vuistje  
 Dik margarine / roomboter  
 Volle melkproducten  
 (Slag)room  
 Energieverrijkte pap of vla  
 Extra tussendoortjes: 3 x daags tussen de maaltijden  
 Dieetpreparaten: drinkvoeding, sondevoeding, parenterale voeding

F

## Dagvoeding 2

Ontbijt: 1 snee brood met margarine en ~~jam~~ dubbel kaas  
 → 1 ~~kopje thee~~ glas melk en een bakje yoghurt  
 Lunch: 2 sneetjes brood met margarine, 1->2 plakjes kaas,  
 1-> 2 plakjes vleeswaren; 1 glas melk  
 Diner: 2 aardappelen, groenten en volledige portie vlees met wat jus, 1 toetje  
 Tussendoor: ~~thee, koffie, limonade~~, koekje, 1 stuk fruit:  
 melk/karnemelk/yoghurt; avond brood/besch met dubbel kaas

Leverd **46 -> 104 gram eiwit.**

F



Fosfaat  
 Eiwit  
 Energie  
 Kalium  
 Volume  
 Maar ook  
 Smaak, gebruiksgemak en therapietrouw

F

## Tussendoortjes op de dialyse



F

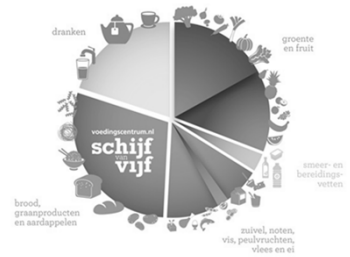




### Keukenzout

- Goedkoop
- Smaak
- Antibacterieel
- Los zout past niet in RGV
- Valpreventie

Maar ook dorst  
VCP zout tussen 7,5 en 10g/d



F

### Anamnese en advies

Zoutbronnen: snacks, bereiding warme maaltijd, uit huis.  
Grote onderschatting, "keertje".

Controle mogelijkheden lab:  
Niet Na chemie  
Wel VU natrium  
Nadeel VU: afwijkingen mogelijk. Voordeel inzicht.

Quickfix dieetadvies:  
Kruidenmixen, pakjes, zakjes: versies zonder zout en trucs  
Over zoutarm maaltijddienst  
Stop chips, gezouten nootjes, over op japanse mix en ongezouten (of niets).

F

### Zout en hypertensie



F

### Zout

brood 0,4 g zout/stuk	vleeswaren 0,2 g zout/broodstroom	jonge kaas 0,2 g zout/broodstroom	oude kaas 0,4 g zout/broodstroom
vee- en groentesoep 0,2 g zout/schep	hamburgervlees 1,4 g zout/stuk	rookworst 2 g zout/donut	pizza 4,3 g zout/200g
bier 1 g zout/200ml	tomatensoep 0,2 g zout/lepel	mayonaise 0,2 g zout/lepel	noedels 4,9 g zout/100g
gerookte zalm 3,3 g zout/portie	knaai, onder roosterd 0,9 g zout/stuk	flarden 1,8 g zout/stuk	zoute haring 2,1 g zout/stuk
olijven 0,3 g zout/1 stuk	chips 0,1 g zout/handje	groene pinda's 0,2 g zout/lepel	

Voorbeeld van producten met zout © Medica / Nieuw

F

### Folders en flimpjes online

Zoutquiz  
"Wie van zijn nieren houdt, eet minder zout".

Amphi

Patienteninformatie

Richtlijnen zoutbeperkte voeding

Kruidenmixen zonder zout

U heeft het advies gekregen om goed te letten op de hoeveelheid zout die u dagelijks binnenkrijgt van uw voeding. In deze folder leest u meer over de richtlijnen voor zoutbeperkte voeding, wat, waarom en hoe u hier het beste mee om kunt gaan.

**Maximaal zout**  
De hollander krijgt gemiddeld 9 gram zout per dag binnen, terwijl het lichaam aan 1-2 gram zout voldoende heeft. Zout geeft level 1 gram zout, 400 mg natrium. Dit betekent dus dat we dagelijks gemiddeld 300 mg natrium in ons lichaam kunt, in

F

### Zoutfilm

#### Wie van zijn nieren houdt, eet minder zout

<https://youtu.be/BHE8DgZHPD4>



Bekijk het filmpje van de Nierstichting over zout.

Misschien optie wachtkamer huisarts?



### Hoeveel vocht?


Nooit vochtbeperking zonder zoutbeperking.

Nierfalen:  
Ruim, tenzij hartfalen: nier spoelen

OF:  
Pragmatisch:  
Wat er niet uit kan, kan er niet in

Dialyse: per dag 500-750 ml + diurese

Pm diabetes insipidus en lithium: afwijkend.




### Voorlichtingsfilmpjes voor dialyse



Bekijk de video 'Vochtbeperking' van Ziekenhuis Gelderse Vallei en de Nierstichting.

### Vijf tips

<https://youtu.be/0mRiA6IU0a4?t=109>



**DRINK HALVE / KLEINE KOPJES**

**IJSKLONTJE IN PLAATS VAN DRINKEN**

**SUIKERVRIJE KAUWGUM OF PEPERMUNT IN PLAATS VAN WATER**


**MEET HET VOCHT AF VOOR 1 DAG**

**GEEN ETEN WAAR JJ DORST VAN KRIJGT**

### Alles telt



# Kalium



F

# Kalium

Niet meteen beperken

Afhankelijk van

- Diuretica-gebruik (wissel!!)
- Voeding/ eetlust
- Diarree/braken

Leer patiënt te vragen naar uitslagen

Advies afgestemd op uitslag:

- <3 mmol/l
- 3-4 mmol/l
- 4-5 mmol/l
- >5 mmol/l

F

# Kalium

fruit 250 mg kalium/stuk	vruchtesap 200 mg kalium/liter	cola 0 mg kalium/liter	groenten 100 mg kalium/porchie
aardappel 170 mg kalium/stuk	frites 600 mg kalium/porchie	gekookte rijst 20 mg kalium/porchie	volkoren pasta 20 mg kalium/porchie
peulvruchten 150 mg kalium/porchie	koffie 100 mg kalium/liter	thee 10 mg kalium/liter	tomaat 170 mg kalium/stuk
TOMATEN 100 mg kalium/porchie	melk 200 mg kalium/liter	chocolademelk 200 mg kalium/liter	vita 100 mg kalium/stukje
appelstroop 100 mg kalium/bedekken	chocolade 300 mg kalium/roep	gemalen pinda's 150 mg kalium/bedekken	dieetzout 20 mg kalium/bedekken

Voorbeeld van producten met kalium © 2008 Witsch/Novartis

F

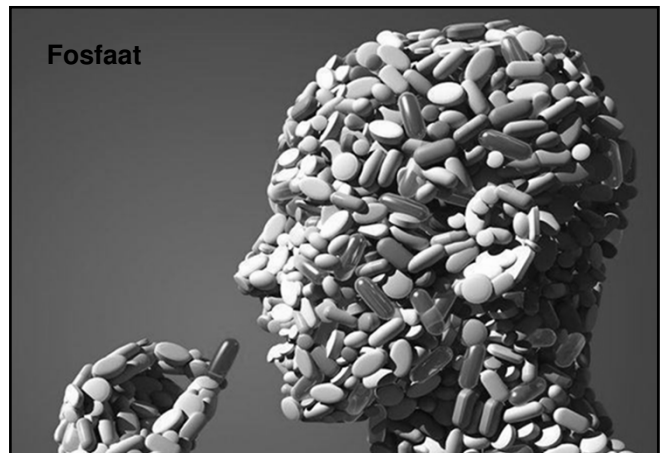


# Kalium pas beperken als dat nodig is

Let op bij:

- Diarree
- Braken
- Gebruik diuretica (kaliumsparend/niet)
- Dieetzout

F



## Fosfaat

Fosfaatbinders: vrij laat in nierfalen nodig.  
 Gebruiken bij elke fosfaatrijke (tussen)maaltijd op advies arts.  
 Tijdens opname of bij acute problemen soms tijdelijk stop.

Hoog fosfaat: jeuk en groter risico botontkalking, vaatverkalking.  
 Laag fosfaat:

## Binders

**Calciumhoudende fosfaatbinders:**  
 Calciumcarbonaat,  
 Calci-chew® 500/1000, Osvaren®

**Niet calciumhoudende fosfaatbinders:**  
 Fosrenol®, Renagel®,  
 Renvela®, Sevelamer, Velphoro®

**Fact sheet**

**Fosfaatbinders**

**Reikwijdte:** volwassenen en kinderen met chronische nierschade stadium G3 en G4  
 Volwassen en kinderen met chronisch nierfalen stadium G5 en G5D

De schema geeft een overzicht van alle fosfaatbinders.  
 Er wordt aangegeven op welke wijze de binders ingenomen moeten.  
 Er wordt onderscheid gemaakt tussen calciumhoudende en calciumvrije fosfaatbinders.  
 Van de calciumhoudende fosfaatbinders wordt eveneens de calciumbelasting vermeld.

**Nota bene:**  
 De veiligheid en werkzaamheid van Fosrenol®, Velphoro® en Osvaren® bij kinderen en adolescenten zijn niet vastgesteld. Gebruik door patiënten < 18 jaar wordt door de fabrikanten dan ook niet aanbevolen. De nefroloog kan echter besluiten deze middelen 'off label' voor te schrijven.

Calciumhoudende fosfaatbinders:		
Calciumcarbonaat	Tablet 500 mg 200 mg Calcium	Fijn kauwen Evt. verpulveren 15 minuten vóór het eten
Calciumcarbonaat	Tablet 500 mg 200 mg Calcium	Fijn kauwen Evt. verpulveren 15 minuten vóór het eten
Calciumcarbonaat	Capsule 500 mg 200 mg Calcium	Heel doorslikken 15 minuten vóór het eten

## Wanneer?

Melk, vis, vlees, kaas, chocola of ei?

Fosfaatbinder erbij!

Waarom?  
 Botontkalking, vaatverkalking,  
**jeuk**

**Bij elke eiwitrijke maaltijd:**

ontbijt	lunch
Warme maaltijd	tussendoortjes

## Fosfaatrijk

Bier, cola, nootjes, vulkoeken.

melk 160 mg fosfaat/glas	vis 110 mg fosfaat/schaaltje	roomijs 40 mg fosfaat/bolletje	kaas 130 mg fosfaat/boterham
smeerkaas 120 mg fosfaat/boterham	vleeswaren 60 mg fosfaat/boterham	magere vlees en kip 210 mg fosfaat/portie	ei 120 mg fosfaat/stuk
melkchocolade 150 mg fosfaat/lepel	gekookte peulvruchten 90 mg fosfaat/portiepel	pinda's 90 mg fosfaat/leestepel	kwartstaart 100 mg fosfaat/punt
gevulde koek 80 mg fosfaat/stuk	cola 20 mg fosfaat/glas		

Voorbeeld van producten met fosfaat

## Streven lab

Fosfaat 0,7 – 1,3 mmol/l  
 Kalium 3- 5 mmol/l  
 VU Na <110 mmol

Afhankelijk van fase nierfalen/ comorbiditeiten

- Ureum
- HbA1c (hemodialyse vals laag)
- Kreatinine
- Albumine
- Hb

## Kenmerken patiënt nierfalen

Bestaat niet!

**Chronische patiënt:**  
 Bekend met natrium- en vochtbeperking; ook ander dieet  
 Gewicht niet betrouwbaar bij vochtretentie - SNAQ  
 Onderliggend over- of ondergewicht  
 Chronisch (poly)medicatiegebruik (oa diuretica)  
 Eetlust vaak minimaal  
 Conditie vaak niet optimaal

**Acute patiënt:**  
 Weet niet wat hem overkomt.  
 Veel onzekerheden

In ziekenhuis tijdens opname:  
 Korte opname  
 Veel informatie  
 Herhaling is nodig, en opnieuw bepalen intake en behoefte.



## Bij alle dieetonderdelen

Als pt plotseling ziek is en niet – nauwelijks kan eten en drinken

Eerst: voldoende drinken en op tijd eten  
 Medicatie overleggen met de arts (mn diureticagebruikers en diabeten)

Preventie acidose en AKI



## Lab

Momentopname  
 Altijd in samenhang of verloop

Invloeden: overvulling, ontwateren

VU Na redelijke maat voor gebruik zout.

## VU Na

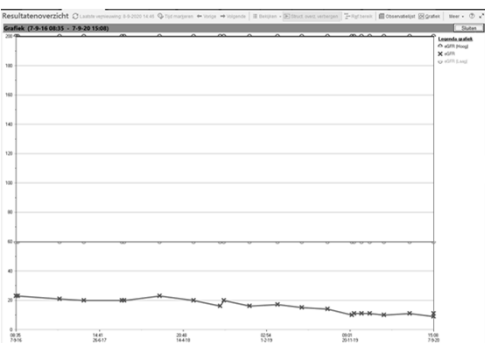
Struct. overz. verbergen   Ref bereik   H4 (bes laden)   Observatielijst   Grafiek   Tijd markeren   Vervieuen   Legenda

Verberg gegevens van voor: 24-6-2016   Gebruik datum bereik wizard

	6 25-7-2016 07:51	5 25-7-2016 07:52	4 16-9-2016 10:05	3 19-12-2016 08:05	2 19-12-2016 08:06	1 19-12-2016 14:45
<b>URINE SEDIMENT</b>						
Erytrocyten	37 ▲					
Leukocyten	21 ▲					
Hyalinecilinders	1					
Bacterien	Zie Opn. *					
Slijm	7					
<b>URINE CHEMIE ALGEMEEN</b>						
Verzonnelijst	07:51					
Urine, eiwit/Anaal...	0,12					
pH Urine	6,5		7,0 * g	7,0		7,0
Urine, natrium		80			110	
Urine, calcium		1,52			2,29	
Urine, kreatinine	6,5	5,1			5,2	
Urine, ureumazuur		1,03				
Urine, totaal eiwit	0,08					
VU, volume		2200 * ▲			2600 * ▲	
VU, natrium		176			336 ▲	
VU, calcium		3,3			7,0	
VU, kreatinine		11,2			15,9	
VU, ureumazuur		2,27				
<b>URINE METABOOL</b>						
VU, citraat		0,4 * ▼			Volgt	
VU, oxalaat		545,0 * ▲			Volgt	

Lab:  
 één is géén

## eGFR



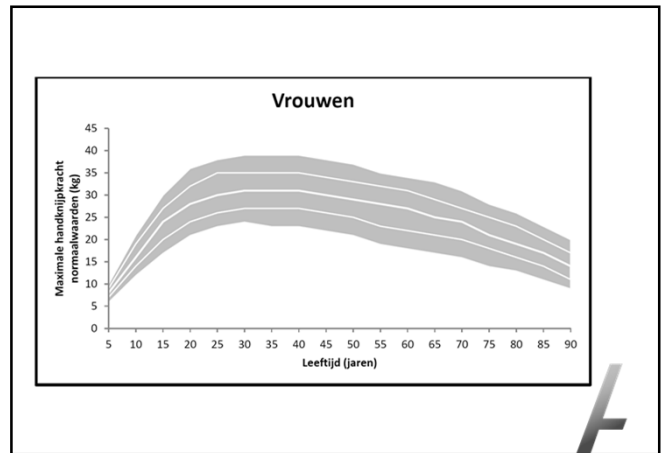
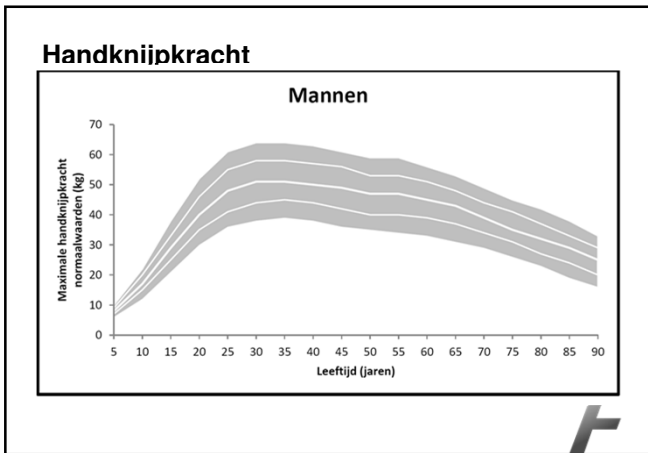
## Beweging

Streven 2x 30 min

### Klokbingo:

Kies een getal onder de 13  
 Kies een haalbare afstand of activiteit  
 Elke keer dat de klok op jouw getal staat heb je bingo!  
 Om te vieren loop je de afstand.  
 Gaat het makkelijk? Dan nog een keer.





### Cystenieren

- Zout
- Eiwit
- Eetlust
- Gewicht/voedingstoestand bepalen
- Handknijpkracht

### Na niertransplantatie

RGV  
 Vooral zoutarm – reden preventie nierfalen  
 Maar ook  
 Immunosuppressiva – eerder een infectie  
 listeria, salmonella  
 extra: hepatitis – geen pate en wild

VOEDSELVEILIGHEID

### Voorlichtingsmaterialen

- Het grote zónder pakjes & zakjes kookboek
- Amphib: Kruidenmixen zonder zout Zoutbeperkt Kaliumbeperkt
- SPICE WISE
- eten met plezier
- Dieetboek voor nierpatiënten
- NIERSTICHTING

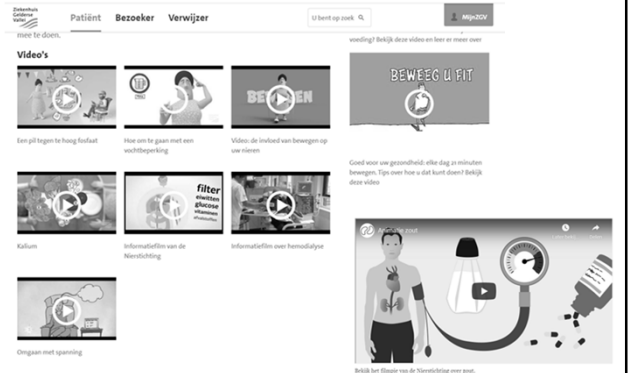
### Zoutpakket: 40 euro.

## En

Zoutquiz nierstichting  
Zoutwijzer hartstichting  
Eetmeter app met fosfaat



## Informatie: online filmpjes



## Conclusie

**Zoutbeperkt**  
Voldoende eiwit  
Fosfaat op uitschieters  
Kalium mogelijk ruimer  
Vocht kan wisselen in de tijd  
Normoglycemie  
  
Pragmatische aanpak

## Overleggen?

[Dialyse-dietetiek@amphia.nl](mailto:Dialyse-dietetiek@amphia.nl)

Secretariaat Fysiotherapie,  
Ergotherapie, Logopedie en Dietetiek:  
frontoffice FELD: 076 595 3075  
Algemeen: Dietetiek@amphia.nl



## Aanvullende informatie

## Wetenswaardigheden

1 gram keukenzout = 400 mg. Natrium= 17.2 mmol Na  
 Mmol Na-> mg Na: x23. -> keukenzout x1/400.

Berekening eiwitintake:  
 ureum urine x 0.18+ 15 + vertief g E urine= eiwitintake (Leidse methode)

Natrium intake berekenen via urine: Mmol/24 uur x 23  
 NaCl intake berekenen via urine: mmol/24 uur (VU) x23 /400 (= gram)

Parenterale voeding tijdens dialyse: (1liter)+++  
 IDPN= Oli clinomel N7 Baxter; va mei 2011 ook N9 zie berekeningen smartflex

Kaliumdurettes:  
 1 kaliumdurette = 1 gram kaliumchloride = 13 mmol =524 mg kalium

## Dietistennierziekten.nl

Familie Oudekroon  
 Annek van der Vliet  
 Anouk van der Vliet  
 Anouk van der Vliet  
 Anouk van der Vliet  
 Anouk van der Vliet



**2. Sterfrit en toelichting bij chronisch nierfalen**  
 Gedurende een periode van jaren met een chronisch nierfalen kan het opgewaardeerde nierfalen leiden. Deze nierfalen kan bij vermindering geleiden, met of zonder nierfalenvervangende therapie, te goed geprognosticeerd.<sup>1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14,15,16,17,18,19,20,21,22,23,24,25,26,27,28,29,30,31,32,33,34,35,36,37,38,39,40,41,42,43,44,45,46,47,48,49,50,51,52,53,54,55,56,57,58,59,60,61,62,63,64,65,66,67,68,69,70,71,72,73,74,75,76,77,78,79,80,81,82,83,84,85,86,87,88,89,90,91,92,93,94,95,96,97,98,99,100,101,102,103,104,105,106,107,108,109,110,111,112,113,114,115,116,117,118,119,120,121,122,123,124,125,126,127,128,129,130,131,132,133,134,135,136,137,138,139,140,141,142,143,144,145,146,147,148,149,150,151,152,153,154,155,156,157,158,159,160,161,162,163,164,165,166,167,168,169,170,171,172,173,174,175,176,177,178,179,180,181,182,183,184,185,186,187,188,189,190,191,192,193,194,195,196,197,198,199,200,201,202,203,204,205,206,207,208,209,210,211,212,213,214,215,216,217,218,219,220,221,222,223,224,225,226,227,228,229,230,231,232,233,234,235,236,237,238,239,240,241,242,243,244,245,246,247,248,249,250,251,252,253,254,255,256,257,258,259,260,261,262,263,264,265,266,267,268,269,270,271,272,273,274,275,276,277,278,279,280,281,282,283,284,285,286,287,288,289,290,291,292,293,294,295,296,297,298,299,300,301,302,303,304,305,306,307,308,309,310,311,312,313,314,315,316,317,318,319,320,321,322,323,324,325,326,327,328,329,330,331,332,333,334,335,336,337,338,339,340,341,342,343,344,345,346,347,348,349,350,351,352,353,354,355,356,357,358,359,360,361,362,363,364,365,366,367,368,369,370,371,372,373,374,375,376,377,378,379,380,381,382,383,384,385,386,387,388,389,390,391,392,393,394,395,396,397,398,399,400,401,402,403,404,405,406,407,408,409,410,411,412,413,414,415,416,417,418,419,420,421,422,423,424,425,426,427,428,429,430,431,432,433,434,435,436,437,438,439,440,441,442,443,444,445,446,447,448,449,450,451,452,453,454,455,456,457,458,459,460,461,462,463,464,465,466,467,468,469,470,471,472,473,474,475,476,477,478,479,480,481,482,483,484,485,486,487,488,489,490,491,492,493,494,495,496,497,498,499,500,501,502,503,504,505,506,507,508,509,510,511,512,513,514,515,516,517,518,519,520,521,522,523,524,525,526,527,528,529,530,531,532,533,534,535,536,537,538,539,540,541,542,543,544,545,546,547,548,549,550,551,552,553,554,555,556,557,558,559,560,561,562,563,564,565,566,567,568,569,570,571,572,573,574,575,576,577,578,579,580,581,582,583,584,585,586,587,588,589,590,591,592,593,594,595,596,597,598,599,600,601,602,603,604,605,606,607,608,609,610,611,612,613,614,615,616,617,618,619,620,621,622,623,624,625,626,627,628,629,630,631,632,633,634,635,636,637,638,639,640,641,642,643,644,645,646,647,648,649,650,651,652,653,654,655,656,657,658,659,660,661,662,663,664,665,666,667,668,669,670,671,672,673,674,675,676,677,678,679,680,681,682,683,684,685,686,687,688,689,690,691,692,693,694,695,696,697,698,699,700,701,702,703,704,705,706,707,708,709,710,711,712,713,714,715,716,717,718,719,720,721,722,723,724,725,726,727,728,729,730,731,732,733,734,735,736,737,738,739,740,741,742,743,744,745,746,747,748,749,750,751,752,753,754,755,756,757,758,759,760,761,762,763,764,765,766,767,768,769,770,771,772,773,774,775,776,777,778,779,780,781,782,783,784,785,786,787,788,789,790,791,792,793,794,795,796,797,798,799,800,801,802,803,804,805,806,807,808,809,810,811,812,813,814,815,816,817,818,819,820,821,822,823,824,825,826,827,828,829,830,831,832,833,834,835,836,837,838,839,840,841,842,843,844,845,846,847,848,849,850,851,852,853,854,855,856,857,858,859,860,861,862,863,864,865,866,867,868,869,870,871,872,873,874,875,876,877,878,879,880,881,882,883,884,885,886,887,888,889,890,891,892,893,894,895,896,897,898,899,900,901,902,903,904,905,906,907,908,909,910,911,912,913,914,915,916,917,918,919,920,921,922,923,924,925,926,927,928,929,930,931,932,933,934,935,936,937,938,939,940,941,942,943,944,945,946,947,948,949,950,951,952,953,954,955,956,957,958,959,960,961,962,963,964,965,966,967,968,969,970,971,972,973,974,975,976,977,978,979,980,981,982,983,984,985,986,987,988,989,990,991,992,993,994,995,996,997,998,999,1000</sup>

## RGV zout

9.1.2 Bevestigingen  
 De commissie heeft de bevestigingen van RCT's die relevant zijn voor de afleiding van de richtlijn vastgesteld in tabel 15.

Keukenzout 61

Tabel 15. Overzicht van achtergronddocumenten die relevant zijn voor de richtlijn over keukenzout

Keukenzout	RCT's
Bewerking	Bewerking
Natrium	2 g/d 4 mmol/d
	2 g/d 4 mmol/d

62 Richtlijnen goede voeding 2015

De commissie concludeert dat het overmatig is aangeraden dat een vermindering van de consumptie van keukenzout een gezond effect heeft op hart- en vaatziekten, verlaagt het hoogst mogelijke effect van een lage inname van natrium in relatie tot een hoge bloeddruk dan bij mensen met een normale bloeddruk.<sup>66</sup>

de/die dagelijkse consumptie van keukenzout in Nederland ligt op 10 gram (mannen) en 7,5 gram (vrouwen).<sup>36,67</sup>

## TONI

Regio Breda  
 Informeren  
 Samenwerken