



# Hemodialyse

Informatiebrochure

Dialysecentrum



## 01 Inhoud

|                                     |    |
|-------------------------------------|----|
| Wat doen je nieren?                 | 4  |
| Chronisch nierfalen                 | 5  |
| Wat is hemodialyse?                 | 6  |
| Toegangen voor dialyse              | 7  |
| Verloop van een dialysebehandeling  | 10 |
| Dialyseschema en locatie            | 10 |
| Het communicatieboekje              | 11 |
| Het belang van voeding bij dialyse  | 12 |
| Waarom vochtbeperking belangrijk is | 13 |
| Sociaal en emotioneel               | 15 |
| Rijgeschiktheid                     | 15 |
| Medicatie                           | 15 |
| Nuttige links                       | 15 |
| Bezoek tijdens de dialyse           | 16 |
| Het dialyseteam                     | 16 |

## 02 Welkom

Je bent opgenomen in het dialysecentrum van het Sint-Trudo Ziekenhuis omdat je chronische nierinsufficiëntie hebt.

Deze brochure helpt je om je beter voor te bereiden op de behandeling met hemodialyse. Misschien volg je al een tijdje een behandeling bij de nierspecialist en komt deze stap niet onverwacht. Voor anderen is dit nieuws moeilijk te verwerken.

Hoe dan ook willen we je ondersteunen om ondanks de dialyse een zo normaal mogelijk leven te leiden.

## 03 Wat doen je nieren?

Iedereen heeft twee nieren. Ze liggen achter in je rug, net onder je onderste rib. Ze zijn ongeveer zo groot als een vuist en hebben de vorm van een boon. Je nieren spelen een belangrijke rol in je lichaam:

- Ze verwijderen afvalstoffen via de urine.
- Ze regelen je bloeddruk.
- Ze zorgen voor een goede balans tussen vocht, zout en zuren.
- Ze activeren vitamine D voor sterke botten.
- Ze maken het hormoon EPO aan voor de aanmaak van rode bloedcellen.



## 04 Chronisch nierfalen

Bij chronisch nierfalen werken je nieren minder goed. Dit probleem ontstaat vaak langzaam en is in het begin moeilijk te merken. In de beginfase helpt een dieet en medicatie, maar als je nieren blijven achteruitgaan, is dialyse of een niertransplantatie nodig.

### Oorzaken

- Diabetes
- Hoge bloeddruk
- Erfelijke aandoeningen (vb. polycystische nieren)
- Ontstekingen
- Bepaalde geneesmiddelen of toxische stoffen

### Klachten

Als je nieren minder goed werken, kunnen afvalstoffen zich opstapelen. Dit leidt tot klachten zoals:

- Vermoeidheid
- Misselijkheid of verminderde eetlust
- Krampen, jeuk of hoofdpijn
- Vochtophoping (oedeem)
- Hoge bloeddruk
- Bloedarmoede
- Verstoorde hormoonproductie

## 05 Wat is hemodialyse?

Hemodialyse is een behandeling waarbij je bloed buiten je lichaam wordt gezuiverd via een toestel met een kunstnier. Deze behandeling gebeurt meestal drie keer per week, telkens ongeveer vier uur. Je hebt hiervoor een toegang tot je bloedbaan nodig via een AV-fistel of een katheter.

Hemodialyse neemt een deel van de nierfunctie over, maar geneest je nieren niet. Een aangepast dieet en medicatie blijven nodig.

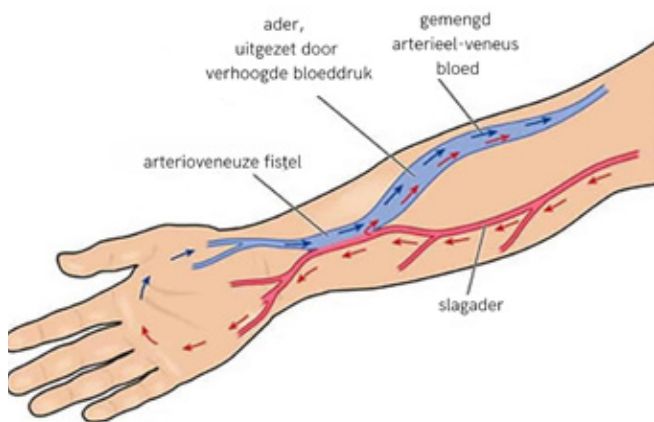


## 06

# Toegangen voor dialyse

## AV-fistel

Een fistel is een verbinding tussen een slagader en een ader. Deze wordt operatief aangelegd. Ze moet enkele weken rijpen voor gebruik. Je voelt een trilling (souffle) wanneer ze goed werkt. De verpleegkundige prikt de fistel aan voor elke dialyse.

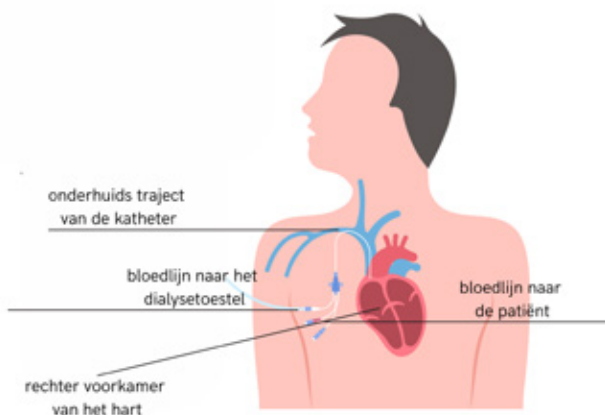


## Zorg voor je fistel

- Vermijd druk op de arm (geen bloeddruk meten, geen zware ladingen dragen).
- Controleer dagelijks of de fistel trilt.
- Was dagelijks met neutrale zeep.
- Verwittig bij roodheid, pijn of bloeding.

## Katheter

Een katheter is een flexibele buis die in een groot bloedvat wordt geplaatst, meestal onder het sleutelbeen. Via deze toegang wordt je bloed gezuiverd tijdens de dialyse. Omdat het een directe verbinding is met je bloedbaan, is een goede verzorging van levensbelang. Je katheter vraagt daarom extra aandacht in je dagelijks leven.



## Belangrijke aandachtspunten

- Houd het **verband altijd droog** en **proper**. **Douchen** mag alleen met een speciaal waterdicht verband dat je op dialyse krijgt.
- **Trek niet aan de katheter** en **vermijd druk of spanning**, bijvoorbeeld bij het aan- en uitkleden.
- Laat het verband **nooit zelf losmaken** of **vervangen**. Dit gebeurt uitsluitend tijdens de dialyse, drie keer per week, onder **steriele omstandigheden**.
- **Zwemmen, baden** of **contactsporten** zijn verboden zolang je een katheter hebt.
- **Krab niet** aan het verband, ook niet bij jeuk.
- **Verwittig de dialyseafdeling** onmiddellijk bij tekenen van infectie zoals **roodheid, zwelling, warmte, koorts** of een **nat/losgekomen verband**.
- Draag op dialyse **comfortabele bovenkledij**, zoals een hemd met knopen of een T-shirt met diepe halsuitsnijding, zodat de verpleegkundige makkelijk aan je katheter kan.
- **Bescherm je katheter** bij vuil werk of activiteiten waarbij er kans is op besmetting.
- Wordt je katheter **per ongeluk uitgetrokken** of **beschadigd**? Blijf dan **liggen, druk onmiddellijk op de insteekplaats** en neem zo snel mogelijk contact op met **spoed** of de **dialyseafdeling**. Een bloeding of luchtembolie kan **levensgevaarlijk** zijn.

Door je katheter goed te verzorgen en alert te zijn voor problemen, verklein je het risico op infecties en complicaties. Twijfel je ergens over? Neem dan altijd contact op met het dialyseteam.

## 07 Verloop van een dialysebehandeling

Voor de dialyse word je gewogen en worden je bloeddruk en temperatuur gecontroleerd. De verpleegkundige sluit je aan op het toestel via de fistel of katheter. Tijdens de behandeling controleert de verpleegkundige regelmatig je parameters. Je mag gerust iets meebrengen om de tijd te vullen (boek, puzzel, laptop).

Na de behandeling wordt je opnieuw gewogen om te zien of je streefgewicht bereikt is. Bijwerkingen zoals krampen of duizeligheid kunnen optreden, vooral bij te veel vochtophoping.

## 08 Dialyseschema en locatie

Afhankelijk van je gezondheidstoestand gebeurt je dialyse:

- In het **high care**-gedeelte: bij nood aan meer toezicht.
- In het **low care**-gedeelte: voor wie zelfstandig is.

Dialyse vindt plaats op maandag, woensdag en vrijdag of op dinsdag, donderdag en zaterdag. Er zijn sessies in de voormiddag, namiddag en avond (low care).

## 09 Het communicatieboekje

Om de communicatie tussen de dialyseafdeling, je thuisomgeving en andere zorgverleners vlot te laten verlopen, maken we gebruik van een heen-en-weerboekje. Dit is een handig hulpmiddel waarin alle betrokkenen belangrijke informatie kunnen noteren. Denk bijvoorbeeld aan:

- wijzigingen in medicatie
- afspraken rond wondzorg of voeding
- glycemiewaarden (bij diabetes)
- signalen van overvocht of gewichtstoename
- extra observaties van thuishulp of thuisverpleegkundigen
- verandering van dialysedagen owv onderzoek of consultatie
- nood aan taxiwijziging: graag tijdig doorgeven aan het team
- **Let op:**  
Als je onverwacht weet dat je de volgende dialysedag geen taxi nodig hebt, mag je zelf contact opnemen met het taxibedrijf of met Mutas om dit door te geven (bijvoorbeeld bij een opname).

Ook jij of je familie mag hierin notities maken, zoals vragen voor het dialyseteam. Zo blijft iedereen goed geïnformeerd en verloopt je behandeling in alle fasen zo veilig mogelijk.

**Tip:** Breng je boekje bij elke dialysesessie mee.

## 10 Het belang van voeding bij dialyse

Je voeding speelt een grote rol in hoe goed je je voelt tijdens de dialyse. Omdat je nieren niet alle afvalstoffen en mineralen meer kunnen uitscheiden, moet je extra letten op wat je eet en drinkt. Dialyse zuivert je bloed slechts enkele uren per week, en in de tussentijd kunnen schadelijke stoffen zich opstapelen.

### De diëtist helpt je op weg

Je krijgt advies van een diëtist gespecialiseerd in nierziekten. Op basis van je bloedwaarden en persoonlijke situatie bespreekt de diëtist met jou:

- hoeveel **vocht** je mag innemen
- welke **voedingsmiddelen fosfor, kalium** of **zout** bevatten (en hoe je ze beperkt)
- hoeveel **eiwitten** je nodig hebt om je spiermassa op peil te houden

Je ontvangt ook een **brochure over het dialysedieet** met praktische tips en voorbeelden. De diëtist komt regelmatig langs op de afdeling en je mag steeds vragen om extra begeleiding.

### Waarom dit belangrijk is

- Minder klachten zoals misselijkheid, jeuk of krampen.
- Beter evenwicht tussen vocht en bloeddruk.
- Lagere kans op hart- en vaatproblemen.
- Meer energie en betere levenskwaliteit.

**Let op:** Fosfaatrijke voeding (zoals kaas, melk, noten en chocolade) en kaliumrijke producten (zoals aardappelen, tomaten, bananen) kunnen gevaarlijk zijn bij nierfalen. Je hoeft ze niet volledig te vermijden, maar een goede balans is cruciaal.

## 11 **Waarom vochtbeperking belangrijk is**

Je nieren regelen normaal hoeveel vocht je lichaam uitscheidt. Als je nieren minder goed werken, plas je minder of zelfs helemaal niet meer. Dat betekent dat het vocht dat je inneemt – via drinken én via voeding – zich in je lichaam opstapelt. Dit kan leiden tot klachten zoals:

- gezwollen enkels, benen of gezicht
- hoge bloeddruk
- kortademigheid of druk op de borst
- vocht in de longen (longoedeem)

Tijdens de dialyse proberen we dit overtollige vocht weer uit je lichaam te halen. Als je in de tussentijd te veel vocht ophoopt, moet er in korte tijd veel worden verwijderd, wat kan leiden tot:

- bloeddruk dalen
- krampen
- hoofdpijn
- misselijkheid
- een vermoeid gevoel na de dialyse

Daarom is het belangrijk om tussen de sessies zo weinig mogelijk vocht op te nemen.

### **Hoeveel mag je drinken?**

Een goede vuistregel is:

- 750 ml + de hoeveelheid urine die je per dag nog uitplast

Bijvoorbeeld: als je nog 250 ml plast per dag, dan mag je in totaal 1 liter vocht innemen per dag (dranken én vloeibare voeding samen).

## Praktische tips om met dorst om te gaan

- Gebruik kleine glazen of tassen in plaats van grote bekers
- Spoel je mond met water in plaats van te drinken
- Zuig op een ijsblokje, zuurtje of muntje
- Vermijd zout en pikant eten, dat verhoogt je dorstgevoel
- Eet vaker koel fruit of groenten met laag watergehalte (in overleg met je diëtist)
- Houd dagelijks je vochtinname bij: noteer wat je drinkt

## Belangrijk om te weten

- Ook voedsel bevat vocht. Soep, yoghurt, pudding, fruit en zelfs ijs tellen mee!
- Door minder te drinken moet er minder vocht worden onttrokken tijdens de dialyse – en dat maakt de behandeling comfortabeler.
- Te veel vochtopname verhoogt het risico op hartproblemen of spoed-dialyse.
- Twijfel je? Bespreek je persoonlijke vochtinname altijd met de diëtist of je nefroloog. Je situatie kan veranderen naarmate je nieren nog minder werken of als je bloedwaarden wijzigen.

## 12 Sociaal en emotioneel

Dialyse heeft een impact op je leven. Het vraagt aanpassing, zowel fysiek als mentaal. Je kunt last krijgen van stemmingswisselingen, vermoeidheid en veranderingen in je sociale of familiale rol. Het is normaal dat dit emoties oproept. Praat erover met je omgeving of met het dialyseteam.

Je sociaal werker helpt je bij praktische vragen, zoals vervoer, werk en terugbetaling. Hemodialyse betekent niet dat je niet meer op vakantie kunt. Wel is planning nodig: meld je vakantieplannen tijdig aan.

## 13 Rijgeschiktheid

Chronische nierinsufficiëntie vereist een medische beoordeling voor rijgeschiktheid. Je nefroloog kan je helpen bij een aanvraag via CARA. Bij goedkeuring is het rijbewijs twee jaar geldig met opvolging.

## 14 Medicatie

Neem je medicatie zoals voorgeschreven. Sommige geneesmiddelen (zoals bloedverdunners) krijg je tijdens de dialyse. Geef altijd door welke thuismedicatie je neemt.

## 15 Nuttige links

[www.nierlimburg.be](http://www.nierlimburg.be) – Patiëntenvereniging voor nierpatiënten in Limburg.

## 16 Bezoek tijdens de dialyse

Om de rust en veiligheid op de dialyseafdeling te garanderen, is het tijdens de behandeling niet toegestaan om bezoek te ontvangen. Dialyse vraagt veel energie, en zowel jij als je medepatiënten hebben baat bij een kalme omgeving.

Tijdens het pre-dialysetraject heeft je familie of mantelzorger normaal gezien de mogelijkheid gehad om de afdeling te bezoeken en kennis te maken met het zorgteam. Is dat om een of andere reden niet gelukt? Vraag het gerust aan de verpleegkundige. We plannen dan graag alsnog een kennismakingsbezoek in op een geschikt moment buiten de dialyse-uren.

## 17 Het dialyseteam

|                      |                                                                                                                                                 |
|----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Artsen               | <ul style="list-style-type: none"><li>• dr. D. Detroyer</li><li>• dr. E. De Maeseneer</li><li>• dr. D. Peeters</li><li>• dr. S. Smets</li></ul> |
| Hoofdverpleegkundige | Minnie Geraerts<br>011 69 92 65                                                                                                                 |
| Secretariaat dialyse | 011 69 96 20                                                                                                                                    |
| Sociale dienst       | via verpleegkundige of<br>011 69 91 40                                                                                                          |
| Diëtiste             | op aanvraag via je arts                                                                                                                         |

# Notities

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

[illegible]



## Contactgegevens

Dialysecentrum

Tel.: 011 69 92 66

Ma - Woe - Vrij: 07.00 tot 22.00 uur

Di - Do - Zat: 07.00 tot 19.00 uur

Spoedgevallen

Tel.: 011 69 93 33



**Diestersteenweg 100 • 3800 Sint-Truiden**

**[www.sint-trudo.be](http://www.sint-trudo.be)**

Volg ons op   