

Kalium

- Laat het kalium in uw bloed niet boven de 5,5 mmol/liter stijgen
- Een kalium boven de 5,5 mmol/liter geeft kans op hartritme-stoornissen
- Kaliumrijk voedsel verhoogt het kalium in het bloed
- Dialyse spoelt kalium uit
- Sorbisterit (medicijn) verlaagt het kalium

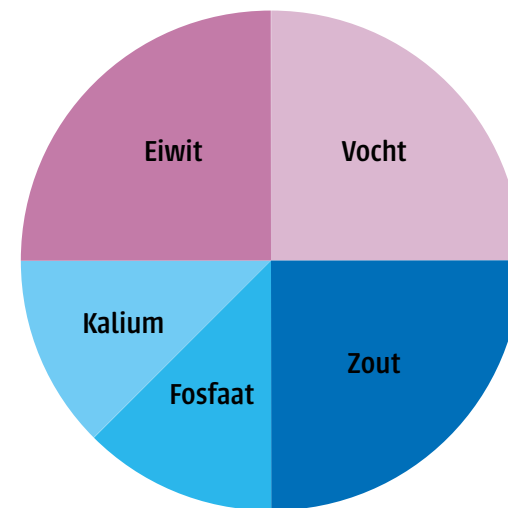


Fosfaat

- Laat het fosfaat niet boven de 1,5 mmol/liter komen
- Een fosfaat boven de 1,5 mmol/liter geeft aderverkalking, jeuk en rode ogen
- Stem fosfaatbindende medicijnen af op uw voeding
- Vermijd fosfaatrijk voedsel en E-nummers



De dialyseschijf van 5

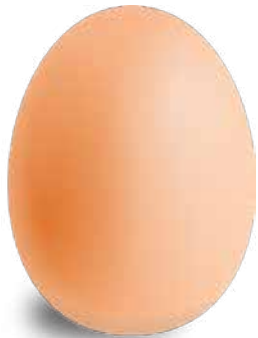


Ontdek uw aanpak

Met de dialyseschijf van 5
zorgt u voor uw lijf!

Eiwit

- Dialysepatiënten hebben een hogere behoefte aan eiwit
- 1-1,2 gram/kg is nodig
- Eiwit is bouwstof voor spieren en organen
- Eiwit bevat fosfaat
- De inname wordt gecheckt met PCR/KtV metingen



Vocht

- Als de nieren minder werken gaat u uiteindelijk minder plassen
- Als u minder plast moet u dus minder drinken
- Drinkt u teveel dan houdt u vocht vast
- Vocht vasthouden geeft oedeem en benauwdheid
- Veel vocht onttrekken betekent meer kans op kramp



Zout

- Als u minder zout eet heeft u minder dorst
- Als u weinig zout eet is uw bloeddruk lager
- Neem niet meer dan 6 gram zout per dag (2400 mg natrium)
- Gebruik smaakmakers zoals kruiden en specerijen om zout te vervangen

