



Medicijnen voor nierpatiënten. **Zo gebruikt u ze.**

Inhoud

Medicijnen voor nierpatiënten	4
1. Mijn medicijnen	6
2. Hoe gebruik ik mijn verschillende medicijnen?	9
3. Wat als ik een dosis vergeet?	12
4. Wat als ik diarree heb of moet overgeven?	14
5. Ik dialyseer: wat moet ik doen op dialysedagen?	17
6. Heb ik voldoende medicijnen op voorraad en hoe bewaar ik ze?	19
7. Welke medicijnen kunnen schadelijk zijn voor mijn nieren?	20
8. Medicijnen en vakantie	22

Medicijnen voor nierpatiënten

Een middel tegen bloedarmoede, hoge bloeddruk en broze botten.

Een plastablet, cholesterolverlager en laxeremiddel. Extra vitamines, af en toe een antibioticum of een pijnstillert. Als nierpatiënt gebruikt u veel medicijnen. Natuurlijk niet voor niets, u heeft deze medicijnen nodig. Iedere dag uw medicijnen zorgvuldig innemen is heel belangrijk.

Waarschijnlijk moet u de medicijnen ook nog eens op verschillende tijden en manieren innemen. Dat kan het lastig maken om het overzicht te houden.

Deze brochure helpt u om overzicht te houden over uw medicijnen. U kunt lezen over onder andere de volgende onderwerpen:

- welke medicijnen gebruik ik en waarom?
- wat moet ik doen als ik er eentje vergeet?
- ik dialyseer, hoe zit het dan met mijn medicijnen op dialysedagen?
- waar moet ik aan denken als ik op vakantie ga?
- waar kan ik terecht voor vragen?



Door uw aandoeningen kunt u te maken krijgen met verschillende zorgverleners. Zorg dat alle zorgverleners op de hoogte zijn van alle medicijnen die u gebruikt. Is niet alles duidelijk of krijgt u tegenstrijdige adviezen, overleg daar dan over. Het kan ook helpen uw medicijnen via één zorgverlener te laten voorschrijven.



Op apotheek.nl vindt u veel informatie over medicijnen. Ook in de Medicijnwijzer van de NVN vindt u achtergrondinformatie per medicijn. U kunt de Medicijnwijzer bestellen bij de NVN of hem downloaden op de website www.nvn.nl.



1. Mijn medicijnen

Nieren zijn belangrijk. Ze maken het bloed schoon, regelen de bloeddruk, zorgen voor stevige botten en voorkomen bloedarmoede. Zijn de nieren beschadigd, dan probeert uw arts met medicijnen en een dieet de achteruitgang van de nieren zoveel mogelijk te vertragen. Beschadigde nieren herstellen over het algemeen niet meer. Zijn de nieren ernstig beschadigd, dan maken zij het bloed niet meer voldoende schoon. U heeft dan een behandeling nodig die de functie van de nieren overneemt: een niertransplantatie of dialyse. Ook na een transplantatie en bij dialyse heeft u medicijnen nodig.

Het is belangrijk om precies te weten welke medicijnen u gebruikt en waarom u ze gebruikt. Vraag dit na bij uw arts of apotheker als u dit niet weet. Het helpt u om uw medicijnen goed te gebruiken en op het juiste moment in te nemen.



Overzicht medicijnen

Haal uw medicijnen altijd in één apotheek. Zo weet deze apotheek precies welke medicijnen u gebruikt. De assistent kan zo een overzicht voor u uitdraaien. Vraag dit iedere keer als er iets veranderd is in uw medicijngebruik. Loop het overzicht door en vertel de assistente welke medicijnen u gebruikt van drogist of supermarkt. Deze zelfzorgmedicijnen kunnen invloed hebben op de medicijnen die u al gebruikt of schadelijk zijn voor uw nieren.



Misschien krijgt u uw medicijnen ook nog op een andere manier. Bijvoorbeeld bij de levering van de peritoneale dialyse artikelen. Vraag uw apotheek deze medicijnen ook in hun systeem in te voeren. Zo is het overzicht altijd compleet.

Is uw nierfunctie bekend in de apotheek?

Volgens de wet is de arts verplicht uw nierfunctiewaarde op het recept te zetten als de nierfunctie afwijkt van “normaal”. In dat geval kan de apotheker sneller controleren of de medicijnen bij elkaar passen en of de dosering juist is.

U kunt ook toestemming geven om uw nierfunctiewaarde uit te wisselen tussen de (huis)arts en apotheker. Dit kan bij de apotheker of kijk op www.lkgeeftoestemming.nl voor meer informatie en het toestemmingsformulier.



In het midden van deze folder vindt u ook een medicijnlijst: zo kan een overzicht van uw medicijnen eruit zien. Vul deze lijst eventueel samen met uw zorgverlener in. De verschillende onderwerpen van de medicijnlijst vindt u terug in deze folder. Neem deze lijst mee wanneer u een afspraak hebt met uw (huis)arts. Dan is altijd duidelijk welke medicijnen u gebruikt. En wanneer u dialyseert: neem het medicatieoverzicht mee op dialysedagen.



Op internet vindt u apps waarmee u het gebruik van uw medicijnen kunt bijhouden. Een paar voorbeelden:

- **MedAlert app** (gratis) helpt u eraan te herinneren dat u uw medicijnen in moet nemen. Doorloop de stappen en u krijgt een sms'je als het tijd is om uw medicijnen in te nemen.
- **MedApp** (gratis) is om u te helpen bij uw medicijngebruik met een medicijnwekker. U kunt bijsluiters bekijken, maar u kunt in deze app ook allerlei gegevens bijhouden.
- **REshape MijnMedicatie**. Scan de barcodes van uw medicijnen, voer de dosering in en deze iPhone-app zet ze in een medicijnoverzicht.

2. Hoe gebruik ik mijn **verschillende medicijnen**?

Wanneer uw arts medicijnen voorschrijft, krijgt u daar allerlei informatie bij. Bijvoorbeeld wanneer en hoe vaak u uw medicijnen moet nemen. Maar bijvoorbeeld ook: 'heel doorslikken', 'voor het slapen gaan', 'op de nuchtere maag' of juist 'met eten'. Houdt u zoveel mogelijk aan deze instructies. Dit zorgt ervoor dat uw medicijn goed kan werken en u zo min mogelijk last heeft van bijwerkingen. Lukt dit niet of krijgt u last van bijwerkingen, bespreek dit dan met uw arts of apotheker.

Weekdoos of medicijnrol

Vindt u het lastig om uw medicijnen op tijd in te nemen? Komt het regelmatig voor dat u medicijnen vergeet in te nemen? Dan kan de apotheek helpen.

'Het is verstandig één arts te vragen het totaalbeeld in de gaten te houden.'

*Peter Hamerslag,
nierpatiënt*



- Met een **weekdoos** bijvoorbeeld. Hierin zitten voor iedere dag van de week een aantal vakjes. Eén vakje voor elk moment dat u een medicijn moet nemen. Daarin stopt u zelf uw medicijnen bij het juiste tijdstip in de juiste vakjes. Vindt u dat lastig? Laat dan iemand anders dit voor u doen.
- Een andere optie is de **medicijnrol**. Deze krijgt u van uw apotheek, meestal voor één of twee weken. De medicijnen zitten in aparte zakjes. Eén zakje bevat alle medicijnen die u op één bepaald moment van de dag in moet noemen. Op elk zakje staat welke medicijnen erin zitten en wanneer u deze in moet nemen.

Moeite met innemen

Heeft u moeite met het doorslikken van uw medicijnen? Krijgt u uw medicijnen niet uit de verpakking? Vraag uw apotheek om advies. Of kijk eens op www.apotheek.nl. Daar vindt u allerlei begrijpelijke instructiefilmpjes, bijvoorbeeld over hoe u uw medicijnen makkelijker inneemt.



Buig uw kin richting uw borst bij het doorslikken van een medicijn. Dan gaat het makkelijker.

Altijd bij de hand

Sommige medicijnen heeft u alleen nodig als u iets eet. Belangrijk dus om deze medicijnen altijd bij de hand te hebben. Hiervoor zijn ook speciale doosjes beschikbaar. Vraag hiernaar bij uw apotheek. Controleer deze medicijnen wel regelmatig op houdbaarheid en vervang ze als dat nodig is.



Medicijnen innemen als u een vochtbeperking heeft:

- Gebruik een lepel appelmoes, yoghurt of vla. U kunt zo uw medicijnen makkelijk wegslikken en het is veel minder vocht dan een glas water.
- Heeft u medicijnen in poedervorm die u voor inname op moet lossen in water? Vraag dan de apotheek of er een vervangend medicijn is.
- Als op het etiket staat 'innemen met een glas water' meld uw apotheek dan dat u een vochtbeperking heeft.



Let op met alcohol! Alcohol kan invloed hebben op de werking van uw medicijnen. Dit kan er voor zorgen dat u meer last krijgt van bijwerkingen. Kijk daarom na of u met uw medicijn alcohol mag drinken, of vraag het uw apotheker.



Sommige medicijnen beïnvloeden de rijvaardigheid. Dit kan gevaarlijk zijn als u aan het verkeer deelneemt. Op www.rijveiligmetmedicijnen.nl kunt u opzoeken of uw medicijn invloed heeft op uw rijgedrag.

3. Wat als ik een dosis vergeet?

Iedereen die veel medicijnen op veel verschillende momenten van de dag moet innemen, vergeet er wel eens eentje. Of u uw medicijnen alsnog kunt innemen of juist beter niet leest u hieronder.

Wanneer alsnog innemen?

Heeft het zin om een vergeten dosis alsnog in te nemen? Let op de volgende regels:

🔴 **Neemt u het middel 1x per dag in?**

Een vergeten dosis alsnog innemen kan **tot 8 uur** voor de volgende dosis.

🔴 **Neemt u het middel 2x per dag in?**

Een vergeten dosis alsnog innemen kan **tot 4 uur** voor de volgende dosis.

🔴 **Neemt u het middel 3x per dag in?**

Een vergeten dosis alsnog innemen kan **tot 2 uur** voor de volgende dosis.

🔴 **Neemt u het middel 4x per dag in?**

Een vergeten dosis alsnog innemen kan **tot 1 uur** voor de volgende dosis.

Let op!

Sommige medicijnen mag u **niet** zomaar alsnog innemen:

🔴 **Fosfaatbinder**

Deze neemt u in wanneer u een (tussen)maaltijd eet die fosfaat bevat.

Bent u dat vergeten? Neem het middel pas weer in bij de eerstvolgende keer dat u een (tussen)maaltijd met fosfaat eet.

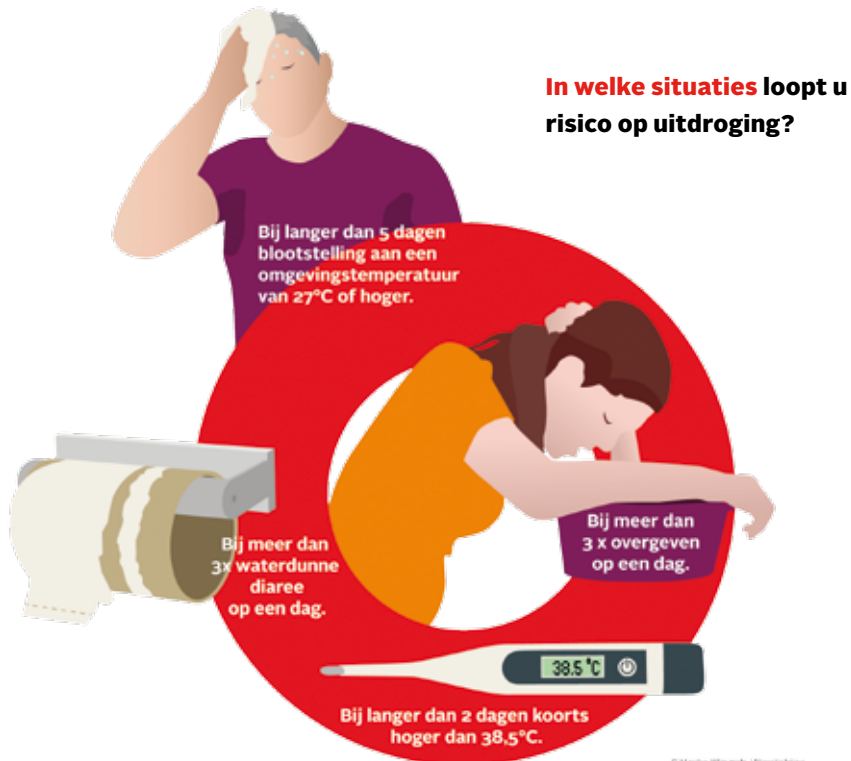
🔴 **Vitamine D**

Wat u moet doen hangt af van hoe vaak u uw vitamine D gebruikt:

- gebruikt u het dagelijks: sla de dosis over
- gebruikt u het wekelijks, maandelijks of per kwartaal: neem de vergeten dosis binnen twee dagen alsnog in

4. Wat als ik **diarree** heb of moet **overgeven**?

Hevige diarree. Regelmatig overgeven. U voelt zich niet alleen beroerd, u verliest ook veel vocht. Maar ook bij koorts of een hittegolf kunt u veel vocht verliezen. Daardoor kunt u uitdrogen. Bepaalde medicijnen zorgen ervoor dat het lichaam dit vochtverlies niet altijd kan opvangen. Dat kunt u merken doordat u minder plast en de plas ook donkerder wordt. Of omdat u veel meer dorst heeft, duizelig, misselijk, suf of verward wordt en sneller flauwvalt. Ook is bij vochtverlies de kans groter dat uw nieren (verder) beschadigen.



Medicijnlijst (uitneembaar)

**Weet u eigenlijk precies welke medicijnen u gebruikt en waarvoor?
Wilt u in één oogopslag kunnen zien wat u moet doen bij diarree/
braken, op dialysedagen of als u een dosis vergeet? Pak uw
medicijnen erbij en ga aan de slag.**

Zo doet u dat:

1. Verzamel (de verpakkingen van) alle medicijnen die u gebruikt.
Ook medicijnen die u bij de drogist of supermarkt hebt gekocht.
2. Haal deze Medicijnlijst uit de brochure en vul de verschillende kolommen in over uw medicijnen.
Dit kunt u ook samen met uw zorgverlener doen.
Gebruik daarvoor:
 - de informatie in deze folder
 - het etiket
 - de bijsluiter
 - www.apotheek.nl
3. Vraag uw medicatieoverzicht bij uw apotheek. Mist er iets in het overzicht van de apotheek? Geef het door!
4. Neem de medicijnlijst mee naar de volgende afspraak met de hoofdbehandelaar. Dan kunt u samen bekijken wat nog mist en dit aanvullen.

Soorten medicijnen voor nierpatiënten	Mijn medicijnen: Namen van uw medicijnen	Instructies: Hoe vaak en hoeveel per dag?	Instructies: Hoe innemen
Middelen tegen bloedarmoede			
Middelen voor stevige botten			
Middelen tegen hoge bloeddruk en/of hartproblemen			
Anti-stollingsmiddelen			
Cholesterolverlagers			

Soorten medicijnen voor nierpatiënten	Mijn medicijnen: Namen van uw medicijnen	Instructies: Hoe vaak en hoeveel per dag?	Instructies: Hoe innemen
Plastabletten (Om meer te plassen en/ of tegen hoge bloeddruk)			
Vitamines			
Pijnstillers			
Antibiotica			
Laxeermiddelen			
Maagzuurremmers			

	Vergeten: Alsnog innemen? Binnen hoeveel tijd?	Diarree/braken: tijdelijk stoppen?	Diarree/braken: contact opnemen met behandelaar?	Dialysedagen: Tijdelijk stoppen?
	Alsnog innemen <input type="radio"/> ja, binnen: uur <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee
	Alsnog innemen <input type="radio"/> ja, binnen: uur <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee
	Alsnog innemen <input type="radio"/> ja, binnen: uur <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee
	Alsnog innemen <input type="radio"/> ja, binnen: uur <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee
	Alsnog innemen <input type="radio"/> ja, binnen: uur <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee
	Alsnog innemen <input type="radio"/> ja, binnen: uur <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee
	Alsnog innemen <input type="radio"/> ja, binnen: uur <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee
	Alsnog innemen <input type="radio"/> ja, binnen: uur <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee
	Alsnog innemen <input type="radio"/> ja, binnen: uur <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee
	Alsnog innemen <input type="radio"/> ja, binnen: uur <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee
	Alsnog innemen <input type="radio"/> ja, binnen: uur <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee
	Alsnog innemen <input type="radio"/> ja, binnen: uur <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee
	Alsnog innemen <input type="radio"/> ja, binnen: uur <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee

Soorten medicijnen voor nierpatiënten	Mijn medicijnen: Namen van uw medicijnen	Instructies: Hoe vaak en hoeveel per dag?	Instructies: Hoe innemen
Kaliumverlagers / fosfaatbinders			
Middelen bij diabetes (suikerziekte)			
Middelen tegen afstoting			
Andere middelen, namelijk:			

	Vergeten: Alsnog innemen? Binnen hoeveel tijd?	Diarree/braken: tijdelijk stoppen?	Diarree/braken: contact opnemen met behandelaar?	Dialysedagen: Tijdelijk stoppen?
	Alsnog innemen <input type="radio"/> ja, binnen: uur <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee
	Alsnog innemen <input type="radio"/> ja, binnen: uur <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee
	Alsnog innemen <input type="radio"/> ja, binnen: uur <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee
	Alsnog innemen <input type="radio"/> ja, binnen: uur <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee
	Alsnog innemen <input type="radio"/> ja, binnen: uur <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee
	Alsnog innemen <input type="radio"/> ja, binnen: uur <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee
	Alsnog innemen <input type="radio"/> ja, binnen: uur <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee
	Alsnog innemen <input type="radio"/> ja, binnen: uur <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee
	Alsnog innemen <input type="radio"/> ja, binnen: uur <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee
	Alsnog innemen <input type="radio"/> ja, binnen: uur <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nee

Wilt u de lijst na een periode opnieuw invullen?
Ga naar <http://folders.nierstichting.nl/> om een nieuwe
medicijnlijst te downloaden.

Nierstichting

Algemeen 035 697 80 00,
Informatie nieren en nierziekten:
0800 388 00 00 (gratis)
infonierziekten@nierstichting.nl
www.nierstichting.nl



Nierpatiënten Vereniging Nederland

Algemeen 035 691 21 28
Steun- en Adviespunt (STAP) 035 693 77 99
Luistertelefoon 0800 022 66 67 (gratis)
secretariaat@nvn.nl
www.nvn.nl



Om welke medicijnen gaat het?

• Laxeermiddel

Stop met het middel tot de diarree en/of braken weer over is.

• Fosfaatbinders

Deze medicijnen zijn nodig tijdens de maaltijd: zolang u niets eet neemt u deze medicijnen ook niet in.

• Insuline

Bel met de diabetesverpleegkundige of praktijkondersteuner van uw huisarts.

• Kaliumverlager, plastablet en/of middel tegen hoge bloeddruk

Neem contact op met uw arts.

Bij twijfel

Twijfelt u of u bepaalde medicijnen moet blijven innemen bij diarree of overgeven? Aarzel niet en vraag uw zorgverlener om advies.



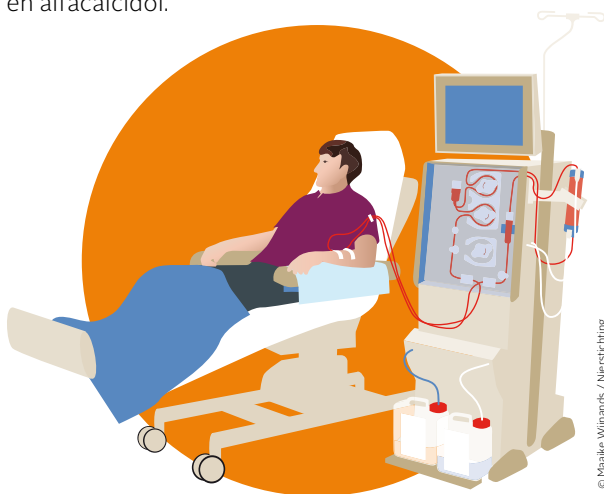
In de folder 'Let op bij dreigende uitdroging: soms moet u uw medicijnen even overslaan' vindt u meer informatie. De folder is speciaal bedoeld voor mensen die ouder zijn dan 70 jaar, of een verminderde nierfunctie hebben of hartfalen hebben. Vraag er om bij uw zorgverlener. Of kijk op www.nierstichting.nl voor meer informatie.

5. Ik dialyseer: wat moet ik doen op dialysedagen?

Bij hemodialyse

Niet alle medicijnen gaan goed samen met hemodialyse. Tijdens de dialyse gaat uw bloeddruk bijvoorbeeld omlaag. Neemt u dan ook nog een medicijn in dat uw bloeddruk verlaagt, dan kunt u duizelig worden. Ook andere medicijnen neemt u op dialysedagen niet of anders in.

Sommige medicijnen krijgt u juist toegediend op dialysedagen. Bijvoorbeeld middelen die u slechts één keer per week of maand gebruikt zoals EPO, ijzer en alfacalcidol.



Tijdelijk stoppen

- **Kaliumverlagers**
- **Plastabletten, middelen tegen hoge bloeddruk**

Deze neemt u niet in als u last heeft van de lage bloeddruk na de dialyse. Dit kunt u merken doordat u dan duizelig bent. Overleg wel eerst met uw arts.

Aanpassing dosering

• Insuline

Hoeveel insuline u nodig hebt, is afhankelijk van hoeveel en wanneer u eet op de dialyседag.

• Antibiotica

Soms moet u na de dialyse een extra dosis innemen. Sommige antibiotica neemt u alleen op dialyседagen. Vraag de verpleegkundig specialist of de arts die u het middel heeft voorgeschreven, om advies.

Bij twijfel

Twijfelt u welke medicijnen u op dialyседagen niet of anders moet innemen? Aarzel niet en vraag de dialyseverpleegkundige om advies.

Bij peritoneale dialyse (buikdialyse)

Bij peritoneale dialyse wordt er dagelijks gespoeld. Er zijn dan ook geen medicijnen die u alleen tijdens de dialyse gebruikt of juist niet gebruikt. Omdat het innemen of toedienen van EPO en ijzer voor iedereen anders is, spreekt uw arts met u af wanneer u dat krijgt of in moet nemen.



6. Heb ik voldoende medicijnen op voorraad en hoe bewaar ik ze?

Zorg altijd dat u voldoende medicijnen op voorraad heeft. Zomaar even stoppen met uw medicijnen kan namelijk schadelijk zijn. Zorg er dus voor dat u nooit zonder medicijnen zit. Denk daar ook aan als u op vakantie gaat. De apotheker kan daarbij helpen.

Herhalen van uw medicijnen

Vraag uw arts een herhaalrecept waar al uw medicijnen op staan. En vraag aan de apotheek om herhaalrecepten gelijk te laten lopen. Zo hoeft u niet elke keer voor een apart medicijn naar de apotheek.

Sommige apotheken bieden nog een extra service: de Herhaalservice.

U krijgt dan bericht van de apotheek als uw medicijnen bijna op zijn en wanneer u ze af kunt halen in de apotheek. Vraag bij uw eigen apotheek hoe de Herhaalservice daar werkt.

Goed bewaren

De meeste medicijnen kunt u bij kamertemperatuur bewaren, op een donkere, droge plaats.

Sommige medicijnen moet u in de koelkast bewaren. Of dat zo is, staat op het etiket. Ook zijn er medicijnen die beperkt houdbaar zijn, zodra u deze geopend heeft. Druppels, drankjes of insuline bijvoorbeeld. Tip: zet na opening de uiterste gebruiksdatum op het etiket.

7. Welke medicijnen kunnen **schadelijk** zijn voor mijn nieren?

Medicijnen zorgen ervoor dat uw nieren niet nóg slechter worden. Maar sommige medicijnen zijn juist schadelijk voor uw nieren. Artsen zullen u deze niet voorschrijven als ze weten dat u nierpatiënt bent. Vertel alle artsen die u bezoekt dus altijd dat u nierpatiënt bent. Vergeet ook de tandarts en apotheek niet.



Schadelijk kunnen zijn:

• **Pijnstillers als ibuprofen (Advil®), naproxen (Aleve®) en diclofenac (Voltaren)**

Let op: deze zijn ook te koop bij drogist en supermarkt. En deze middelen zijn ook in crèmes verkrijgbaar. Het lichaam neemt het medicijn dan op via de huid. Daarom kunnen crèmes net zo schadelijk zijn. Wanneer u een pijnstiller nodig heeft, gebruik dan paracetamol. Hiervan mag u maximaal 6 tabletten (3 gram) per dag. Heeft u meer dan 6 tabletten per dag nodig, overleg dan eerst met uw arts.

• **Sommige antibiotica, middelen tegen herpesvirus (bijvoorbeeld bij gordelroos of koortslip), bepaalde chemotherapie, plastabletten en middelen tegen hoge bloeddruk, nierstenen, diabetes of jicht**

Uw arts en apotheker weten welke u niet mag gebruiken.

• Medicijnen die zout bevatten

In sommige medicijnen zit veel zout. Bijvoorbeeld bepaalde soorten bruistabletten en de kaliumverlager natriumpolystyreensulfonaat (Resonium® A). Vraag uw apotheker om een alternatief. Helaas is een vervangend middel niet altijd beschikbaar. Bij een verstoorde zuurgraad van uw bloed (acidose) zult u natriumbicarbonaat moeten gebruiken.

Soms kunt u een medicijn wel gebruiken, maar alleen in een aangepaste dosering. Wanneer uw arts een hogere dosering voorschrijft dan bij uw nierfunctie past zal de apotheker met uw arts overleggen. Om dit goed in de gaten te kunnen houden is het dus belangrijk dat uw apotheek op de hoogte is van uw meest recent gemeten nierfunctie. Soms staat deze waarde tegenwoordig op het recept. Zie voor het geven van toestemming voor het uitwisselen van nierfunctiewaarden de tip op blz 7.



Contrastvloeistof

Voor sommige onderzoeken is het nodig contrastvloeistof in te spuiten. Met uw arts bespreekt u of er extra voorzorgsmaatregelen nodig zijn om uw nieren te beschermen

Bij twijfel

Twijfelt u of u medicijnen gebruikt die schadelijk zijn voor uw nieren? Vraagt u zich af welke pijnstillers u wel mag gebruiken? Vraag uw apotheker, arts of verpleegkundig specialist om advies.



Meld uw ervaringen met medicijnen en bekijk de ervaringen van anderen op www.meldpuntmedicijnen.nl. Op www.lareb.nl kunt u ook bijwerkingen van medicijnen melden.

8. Medicijnen en vakantie

Wanneer u op vakantie gaat, zijn er vanwege uw medicijngebruik wel extra voorbereidingen nodig. De volgende punten zijn belangrijk:

• **Regel op tijd dat u voldoende medicijnen in huis heeft.**

Neem van elk medicijn wat extra voorraad mee op vakantie. En als u gaat vliegen vergeet dan niet medicijnen zowel in uw handbagage, als in de koffers die in het bagageruim gaan te doen. Een koffer kan bijvoorbeeld zoek raken of met vertraging aankomen.

• **Vraag voor uw vertrek bij de apotheek om een geneesmiddelenpaspoort.**

Daarin staat welke medicijnen en medische hulpmiddelen u gebruikt. En neem een zogenaamde vakantiebrief mee. Dit is een brief van uw arts in het Engels. Hierin staat onder andere welke medicijnen u gebruikt en hoe uw bloeduitslagen zijn. En bijvoorbeeld wanneer u een niertransplantatie hebt ondergaan. Ook staan er de adresgegevens en telefoonnummers van uw behandelend arts en ziekenhuis in.

• **Let op verandering van tijdzone**

Misschien gaat u naar een bestemming die in een andere tijdzone ligt. Stel dan samen met uw arts een schema op, waarmee u uw medicatie-inname geleidelijk aanpast aan de tijden van de plaats van bestemming.

• **Overleg op tijd met uw arts over eventuele vaccinaties die u nodig heeft**

Mensen die zijn getransplanteerd, mogen geen vaccinaties met een levend vaccin hebben: zij kunnen daarvan ernstig ziek worden. Voorbeeld van zo'n vaccin is het gele koorts vaccin. Voor dialysepatiënten geldt ook dat zij eerst moeten overleggen met hun arts of zij gevaccineerd kunnen worden.

• **Overleg met uw arts of u medicijnen mag gebruiken die u voor uw reis nodig heeft.**

Medicijnen om ziekten te voorkomen (bijvoorbeeld anti-malariatabletten of middelen tegen reisziekte) kunt u niet altijd gebruiken in combinatie met de medicijnen die u al moet gebruiken.



Zie www.nvn.nl voor meer informatie over op vakantie gaan met een nierziekte. Ook op de website van het Landelijk Centrum Reizigersadvisering vindt u meer informatie (www.LCR.nl).



Meer weten?

Kijk op www.nierstichting.nl of op www.nvn.nl voor meer informatie en folders over nieren, nierziekten en de behandeling.

Of bel met **0800 388 0000** (gratis).

Wij zijn benieuwd naar uw reactie!

De Nierstichting en de Nierpatiënten Vereniging Nederland vinden goede informatie belangrijk. Daarom zijn wij benieuwd naar uw reactie op deze uitgave.

U kunt uw e-mail sturen naar: infonierziekten@nierstichting.nl

Deze folder kwam tot stand in samenwerking met het Catharina Ziekenhuis Eindhoven en de Nederlandse Federatie voor Nefrologie. En met dank aan ZonMw, KNMP en de patiënten die aan deze uitgave meewerkten.

Alles op alles.

De **Nierstichting** zet alles op alles om ervoor te zorgen dat mensen met een nierziekte in leven blijven en ook echt blijven leven. We strijden voor meer donoren, maken ons hard voor preventie, investeren in stamcelonderzoek en werken vastberaden aan een draagbare kunstnier. Want dialyseren is geen leven, maar overleven. We doen dan ook alles wat in ons vermogen ligt om het leven van nierpatienten te verbeteren.

Dit kunnen we niet alleen. De Nierstichting krijgt geen financiële steun van de overheid en is daarom afhankelijk van donaties, giften en vrijwillige bijdragen uit de samenleving.

Wilt u ons helpen bij het realiseren van onze doelen? Ga naar www.nierstichting.nl voor de mogelijkheden of vul bijgevoegde antwoordkaart in.

Leven gaat voor, in alles wat wij doen.

Lid worden loont.

De **Nierpatiënten Vereniging Nederland** is met 7.500 leden dé vereniging van en voor mensen met een nierziekte en hun familie, partners en donoren. Samen zetten we ons in voor een zo hoog mogelijke kwaliteit van leven en zorg. Dat doen we door middel van voorlichting, themabijeenkomsten, ontmoetingsdagen, lotgenotencontact en achterbanraadplegingen. Ons Steun- en adviespunt (STAP) biedt persoonlijke informatie en begeleiding bij de impact die een nierziekte heeft op het dagelijks leven van patiënten (denk aan gevolgen voor scholing, werk en inkomen).

We komen ook op voor de belangen van alle nierpatiënten in Nederland. Door lobby bij landelijke politici en overleg met verzekeraars en zorgverleners. Door samen te werken met de Nierstichting, andere patiëntenorganisaties en beroepsverenigingen, initiatieven te nemen of ons erbij aan te sluiten. Steeds vanuit het oogpunt van mensen met een nierziekte.

Stuur de antwoordkaart op voor informatie over het lidmaatschap van de NVN.



Ja, ik geef voor een beter leven van nierpatiënten!

Ik machtig daarom de per maand per kwartaal per half jaar eenmalig
Nierstichting om een bedrag € 10,- € 20,- € 30,-
af te schrijven van € 15,- € 25,- anders €

Per (datum) Van IBAN 

Naam de heer mevrouw

Voorletter(s) Geboortedatum

Adres

Postcode Plaats

Telefoon

E-mail

Datum Handtekening

Ja, ik wil op de hoogte blijven van het werk van de Nierstichting. Stuur de ingevulde antwoordkaart naar: **Nierstichting Nederland**, Antwoordsnummer 533, 1400 VB Bussum (postzegel is niet nodig).

Machtigingskaart SEPA **Incassant ID NL56ZZZ411970930000**

Door ondertekening van deze machtiging geeft u toestemming aan de Nierstichting om een doorlopende of eenmalige incassoopdracht te sturen naar uw bank om een bedrag van uw rekening af te schrijven en aan uw bank om doorlopend of eenmalig een bedrag van uw rekening af te schrijven overeenkomstig de opdracht van de Nierstichting. Als u het niet eens bent met deze afschrijving kunt u deze laten terugboeken. Neem hiervoor binnen 8 weken na afschrijving contact op met uw bank. Vraag uw bank naar de voorwaarden.



7339

Ja, ik wil weten hoe de NVN mijn belangen behartigt

en ontvang graag het informatiepakket over het lidmaatschap van de NVN.

Naam de heer mevrouw

Voorletter(s)

Adres

Postcode Plaats

Telefoon

E-mail

De kosten voor het lidmaatschap bedragen :

Patiënt / ouder van patiënt € 26,-

Partnerlid € 13

Donor gratis

Stuur de ingevulde antwoordkaart naar: **Nierpatiënten Vereniging Nederland**,
Antwoordsnummer 515, 1400 VB Bussum (postzegel is niet nodig).

Of ga naar www.nvn.nl.





Postzegel niet nodig



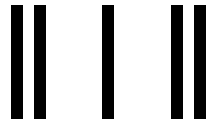
Nierstichting

Antwoordnummer 533

1400 VB Bussum



Postzegel niet nodig



Nierpatiënten Vereniging Nederland

Antwoordnummer 515

1400 VB Bussum



Nierstichting

Postbus 2020
1400 DA Bussum
Algemeen 035 697 80 00,
Informatie nieren en nierziekten:
0800 388 00 00 (gratis)
infonierziekten@nierstichting.nl
www.nierstichting.nl



Nierpatiënten Vereniging Nederland

Postbus 284
1400 AG Bussum
Algemeen 035 691 21 28
Steun- en Adviespunt (STAP) 035 693 77 99
Luistertelefoon 0800 022 66 67 (gratis)
secretariaat@nvn.nl
www.nvn.nl



Disclaimer De informatie in deze brochure is met grote zorg samengesteld. Nierstichting Nederland kan geen enkele aansprakelijkheid aanvaarden voor de juistheid en volledigheid van de inhoud van de brochure. Nierstichting Nederland is niet verantwoordelijk voor de informatie van derden waarnaar in deze brochure wordt verwezen. Het copyright van teksten en beeldmateriaal in deze folder behoort aan Nierstichting Nederland.
