

- persbericht -



MINDER PATIËNTEN MET CHRONISCHE NIERSCHADE DOOR VERLAGING ZOUTCONSUMPTIE

Recent onderzoek RIVM zout en impact nierpatiënten

Bussum, 17 januari 2018 - Een verlaging van de zoutconsumptie tot maximaal 6 gram per dag kan naar schatting bijna 150.000 gevallen van chronische nierschade voorkomen over een periode van 10 jaar. Daarnaast voorkomt het bij 250 mensen nierfalen, waarbij dialyse of transplantatie nodig is. Dat blijkt uit recent wetenschappelijk onderzoek van het RIVM, uitgevoerd in opdracht van de Nierstichting. Niet eerder is de impact van een lagere zoutinname op nierschade berekend.

Te veel zout kan je nieren onherstelbaar beschadigen. Hoe groot de impact van zout op nierschade is, was echter nog niet eerder berekend. RIVM heeft nu aan de hand van modellen berekend dat er gezondheidsvoordelen bereikt kunnen worden wanneer Nederlanders hun gemiddelde zoutconsumptie verlagen van 9 gram zout per dag, naar de aanbevolen maximale 6 gram zout per dag. Bijna 150.000 gevallen van nierschade kunnen over een periode van 10 jaar voorkomen worden en ook bijna 250 gevallen van nierfalen, waarbij dialyse of transplantatie nodig is. Dit is van groot belang. Nierschade ontstaat namelijk ongemerkt, tegelijkertijd is de impact van nierschade groot.

Impact van nierschade.

Nierschade vermindert de levensverwachting. Zo hebben mensen van 55 jaar met een matig verlaagde nierfunctie een verminderde levensverwachting van ongeveer 7 jaar, vergeleken met mensen die een normale nierfunctie hebben. Voor mensen van 55 jaar met ernstig verlaagde nierfunctie is de levensverwachting zelfs met ruim 12 jaar verminderd.

Nierschade is onomkeerbaar. Wanneer nieren voor minder dan 15 procent werken, spreken we over nierfalen. Dan is dialyse of een niertransplantatie nodig om in leven te blijven. De wachtlijst voor een donornier is zeer lang, er staan 650 mensen op de wachtlijst. De wachttijd voor een postmortale nier bedraagt bijna 3 jaar. Met ingrijpende gevolgen: meer dan 60 van de nierpatiënten op de wachtlijst overlijdt voordat er een nier beschikbaar is. Dialyse is geen leven, maar overleven. Het heeft grote impact op de kwaliteit van leven. Er zijn bovendien hoge kosten aan verbonden: zo'n 100.000 euro per patiënt per jaar.

De ongezouten waarheid

Nierschade heeft dus grote impact en is onomkeerbaar. Dit onderzoek laat zien dat je (verdere) nierschade kan helpen voorkomen door te letten op je zoutinname. Hoe? Nierstichting start vandaag met de campagne 'De ongezouten waarheid' om hierbij te helpen. We krijgen bijna allemaal teveel zout binnen. Maar dat heb je niet door, want 80% zit verwerkt in alledaagse producten. Rookworst, mosterd, kant-en-klare pastasaus. 'De ongezouten waarheid' helpt mensen bewust te maken van de gevaren van zout, inzicht te geven in hun eigen (hoge) zoutinname en ondersteunt bij het verminderen van de zoutinname. Daarnaast laten we proeven hoe puur van smaak minder zout eten is met de Nierstichting Restaurant driedaagse, lobbyen we voor minder zout in levensmiddelen en dagen we alle Nederlanders uit om mee te doen aan onze tweeweekse zoutchallenge. Wilt u meer weten, zie ongezoutenwaarheid.nl.

Lees hier meer over het [RIVM onderzoek](#).

- EINDE PERSBERICHT -

Niet voor publicatie:

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met Sanne Rademaker, persvoorlichter Nierstichting: via 035 6978024 of 06 46288299 / sannerademaker@nierstichting.nl.

Bron: RIVM onderzoek

M. Hendriksen, E. Over, G. Navis, J. Joles, E. Hoorn, R. Gansevoort, H. Boshuizen. Limited salt consumption reduces the incidence of chronic kidney disease: a modeling study. *Journal of Public Health*, <https://doi.org/10.1093/pubmed/fox178> (januari 2018).

Over de Nierstichting

De Nierstichting zet alles op alles om ervoor te zorgen dat mensen met een nierziekte in leven blijven en ook **écht** kunnen blijven leven. We strijden voor meer donoren, maken ons hard voor preventie, investeren in baanbrekend stamcelonderzoek en werken vastberaden aan een draagbare kunstnier. Want dialyseren is geen leven, maar overleven. We doen alles wat in ons vermogen ligt om het leven van nierpatiënten te verbeteren. Dat doen we niet alleen. Maar samen met patiënten, onderzoekers, professionals, donateurs, bedrijven, vrijwilligers en vele anderen die het leven liefhebben.

Nierstichting

Leven gaat voor.

www.nierstichting.nl