

PATIËNTEN INFORMATIE

Diabetes en dialyse

Wat u moet weten

**MAASSTAD
ZIEKENHUIS**

een santeon ziekenhuis



Inhoud

Waarom deze folder?	4
Diabeteszorg in het Dialysecentrum.....	4
Wat kunt u van ons verwachten?	4
Voorlichting hemodialyse.....	4
Voorlichting peritoneale dialyse (via buikspoeling)	4
Bloedglucosecontrole	5
Oogcontrole.....	5
Voetcontrole.....	6
Zelfmanagement.....	6
Wat verwachten wij van u?.....	6
Zelfcontrole	6
Waarom is zelfcontrole zo belangrijk?	7
Wat moet u doen met de uitkomsten van bloedsuiker controles?	7
De invloed van dialyse op uw dagelijks leven.....	7
Dieet	8
Vochtbeperking.....	8
Waar u verder op moet letten	8
Vragen	9
Bronnen	9

Waarom deze folder?

Deze folder is bedoeld om u te informeren over de extra zorg die het Dialysecentrum van het Maasstad Ziekenhuis geeft aan dialysepatiënten met Diabetes Mellitus (suikerziekte).

Diabeteszorg in het Dialysecentrum

Het doel van de diabeteszorg is het geven van een zo goed mogelijke zorg, zodat complicaties op korte of lange termijn beperkt of voorkomen kunnen worden.

Belangrijk bij diabetes is dat er een goed evenwicht moet zijn tussen de hoeveelheid insuline of tabletten, de hoeveelheid ingenomen koolhydraten en lichaamsbeweging. Dialysepatiënten met diabetes hebben een grotere kans op het krijgen van hart- en vaatziekten.

Daarom is het belangrijk de diabetes zo goed mogelijk onder controle te houden. Dit gebeurt in samenwerking met de diabetesverpleegkundigen van het ziekenhuis.

Wat kunt u van ons verwachten?

Voorlichting hemodialyse

- Hemodialyse patiënten met Diabetes Mellitus hebben een verhoogd risico op het krijgen van een hypoglykemie (te lage bloedsuiker), doordat tijdens hemodialyse glucose uit het bloed wordt verwijderd. Om dit te voorkomen bevat dialysevloeistof een kleine hoeveelheid glucose.
- Op dialysedagen bent u mogelijk actiever of juist minder actief dan op niet-dialysedagen, de koolhydraatinnname moet daar soms op aangepast worden. Bij vragen en/of problemen over uw dieet kunt u zelf contact opnemen met de diëtiste.

Voorlichting peritoneale dialyse (via buikspoeling)

- Peritoneale dialysepatiënten met Diabetes Mellitus krijgen te maken met glucose vloeistoffen. Hierdoor kunnen, zeker in het begin van de behandeling, de bloedsuikers sterk wisselen.

- Onder begeleiding van de dialyse- en diabetesverpleegkundige krijgt u een passend insulineschema.
- De diëtiste informeert u over calorieëngebruik.
- Het kan noodzakelijk zijn om een andere bloedsuikermeter aan te vragen, in overleg met de diabetesverpleegkundige.

Bloedglucosecontrole

- Een goed geregelde bloedglucosewaarde ligt tussen de 4 en de 10.
- De bloedglucosewaarde kan op verschillende tijdstippen per dag en onder verschillende omstandigheden worden gemeten. Dit noemen we een dagcurve.

Voor zowel de hemodialyse als de peritoneale dialyse geldt het volgende:

- Een keer per 3 maanden wordt het HbA1C gemeten via bloedonderzoek. Dit is de gemiddelde waarde van de bloedsuikerspiegel die gemeten wordt over een langere periode. De uitslagen worden beoordeeld door de nefroloog en besproken met u.
- Regelmatig wordt u gevraagd een glucose-dagcurve te maken en de uitslag daarvan te bespreken met de diabetesverpleegkundige. U maakt hierover zelf afspraken met de diabetesverpleegkundige. Als het nodig is wordt er actie ondernomen. Zo kan bijvoorbeeld uw medicatie aangepast worden.
- Als u net start met dialyse kan het nodig zijn om vaker een dagcurve te maken.

Oogcontrole

Door Diabetes Mellitus kunnen de kleine bloedvatjes in het netvlies beschadigen of vernauwen. Dit kan zonder behandeling tot slechtziendheid of blindheid leiden. Regelmatige controle door de oogarts, een keer per anderhalf jaar is daarom belangrijk. Als het nodig is maakt u zelf een afspraak bij de oogarts of deze afspraak wordt voor u gemaakt.

Voetcontrole

Het zenuwstelsel kan beschadigd worden door de hoge bloedsuikers die kunnen voorkomen bij diabetespatiënten. Een verminderd gevoel in de voeten kan één van de gevolgen zijn, waardoor er ongemerkt blaren en/of wonden kunnen ontstaan die moeilijk genezen. Eenmaal per maand worden uw voeten gecontroleerd door de dialyseverpleegkundige. Er wordt gekeken naar wondjes, drukplekken, eelt, likdoorns, kalknagels, temperatuurverschil en naar de stand van de voeten. Er wordt ook naar uw schoenen gekeken. Tevens wordt advies gegeven over welke maatregelen u zelf kunt nemen om voetproblemen te voorkomen. In de tussentijd raden wij u aan elk wondje te bespreken met de dialyseverpleegkundige.

Zelfmanagement

Onder zelfmanagement verstaan we het kunnen omgaan met de symptomen, behandeling, lichamelijke en sociale gevolgen en leefstijlaanpassingen die ontstaan door een chronische aandoening. Met andere woorden: u heeft inzicht in en neemt verantwoordelijkheid voor uw eigen leven, ziekte en behandeling.

Wat verwachten wij van u?

Zelfcontrole

Zelfcontrole is het door uzelf bepalen van de bloedglucosewaarde met behulp van uw bloedglucosemeter of een Free Style Libre (FSL). Het gebruik van een FSL geeft bij goed gebruik een beter inzicht in de bloedwaardes en een betere en efficiëntere manier van omgaan met diabetes om een betere kwaliteit van leven te krijgen. Nog niet alle patiënten kunnen gebruik maken van de FSL. Wanneer patiënten minimaal 4x per dag insuline spuiten, komen ze verzekeringstechnisch in aanmerking voor de FSL. Patiënten met een FSL, worden door de diabetesverpleegkundige (DVK) geïnstrueerd, geïnformeerd en begeleid.

Waarom is zelfcontrole zo belangrijk?

Er is een verband tussen de bloedglucosewaarden en het gebruik van de maaltijden, lichaamsbeweging, medicijnen, dialyse en stress.

Door het bijhouden van een dagcurve krijgt u inzicht in het effect van uw medicijnen en de bloedglucosewaarden. Door zelfcontrole levert u een belangrijke bijdrage aan uw behandeling.

Wat moet u doen met de uitkomsten van bloedsuiker controles?

Er zijn 2 mogelijkheden:

1. Noteer deze in het diabetesdagboekje, eventueel met informatie zoals: 'ziek geweest, meer beweging/activiteit gehad, hard gewerkt', etc. De oorzaken van eventuele schommelingen zijn dan beter op te sporen. Noteer ook de hoeveelheid insuline die u heeft toegediend.
2. Als u een Free Style Libre (FSL) heeft kunt u deze uitlezen. Hierover maakt u afspraken met de diabetesverpleegkundige. Zij kan u alle informatie geven over de FSL.
 - Als er grote schommelingen zijn moet u dit doorgeven aan de diabetesverpleegkundige.
 - Bij het starten van de dialyse, dus in de eerste weken waarin u een dialysebehandeling ondergaat, kan het nodig zijn om vaker een dagcurve te maken. Bijvoorbeeld op een dialysedag en op een niet-dialysedag.

De invloed van dialyse op uw dagelijks leven

De dialyse kan invloed hebben op uw bloedsuikergehalte tijdens de dialyse, maar ook thuis. Ook andere factoren kunnen van invloed zijn op uw bloedsuikergehalte, bijvoorbeeld:

- veranderingen in uw dagritme: door driemaal per week naar de dialyse te gaan bent u mogelijk de ene dag actiever dan de andere dag.
- door de dialysebehandeling kunnen uw glucosewaardes dalen.
- het is mogelijk dat u gevoeliger bent geworden voor insuline.

- uw eetpatroon kan veranderd zijn doordat u niet kan eten op tijden die u gewend was.
- mogelijk heeft u een verminderde eetlust door vermoeidheid en/of gewichtsverlies door de verminderde eetlust.

Dieet

- Het streven is een balans te vinden in de dagelijkse activiteiten en onverwachte activiteiten en tussen koolhydraten en etenstijden.
- Veranderingen in het dieet ontstaan vaak al in het nierfalen traject.

Vochtbeperking

- Vanwege uw nierfunctiestoornis kan het zijn dat u een vochtbeperking heeft. Hierdoor mag u bij een te hoge bloedsuikerwaarde niet extra drinken terwijl u dit misschien wel gewend was. Er is dan eerder een aanpassing nodig van de diabetesmedicatie.
- Vanwege de vochtbeperking is het ook beter om bij een lage bloedsuiker druivensuikertabletten te nemen in plaats van limonade te drinken.

Waar u verder op moet letten

- Als diabetespatiënt was u geadviseerd ruime porties fruit, groente, volkorenproducten en zuivel te gebruiken. Deze voeding is echter rijk aan kalium, fosfaat en vocht, maar deze producten moet u als dialysepatiënt juist **beperken**.
- Het gebruik van koolhydraten die goed worden verdeeld over de dag blijft belangrijk. Brood, ontbijtgranen, rijst, deegwaren, aardappelen, fruit en suiker zijn belangrijke leveranciers van koolhydraten.
- Het wordt afgeraden om gesuikerde dranken te gebruiken omdat deze de kans op een te hoge bloedsuikerwaarde en daarmee het dorstgevoel vergroten.
- Vermijd ook fruitsappen omdat die veel Kalium bevatten.

- De diëtiste kan u helpen op het gebied van voeding, etc. U kunt hiervoor een afspraak maken of dit laten regelen door de dialyse verpleegkundige.
- Als er na het lezen van deze folder nog vragen zijn, dan kunt u altijd terecht bij één van de dialyseverpleegkundigen.

Vragen

In verband met de privacywetgeving (de AVG) mogen wij geen informatie per e-mail versturen.

Heeft u nog vragen, dan kunt u deze stellen aan uw specialist of de verpleegkundige. U kunt u vraag ook stellen via:

- Een e-consult op het patiëntenportaal Mijn Maasstad Ziekenhuis. U kunt met uw DigiD inloggen via onze website www.maasstadziekenhuis.nl/mijnmaasstadziekenhuis.
- De app BeterDichtbij (indien u dit heeft geactiveerd). Lees meer over BeterDichtbij op www.maasstadziekenhuis.nl/beterdichtbij.
- Telefonisch, zie hiervoor de folder '[Bereikbaarheid Dialysecentrum en Nefrologie](#)'.

Bronnen

- Bruin, de, H.P. et al. (2011). Leerboek dialyseverpleegkunde, 4e druk. Reed business, Amsterdam
- Nierstichting, afbeeldingen via www.nierstichting.nl onder vermelding van de volgende logo's



- Diverse Nierstichting brochures, via www.nierstichting.nl



De informatie in deze folder is belangrijk voor u. Als u moeite heeft met de Nederlandse taal, zorg dan dat u deze folder samen met iemand leest die de informatie voor u vertaalt of uitlegt.

The information in this brochure is important for you. If you have any difficulties understanding Dutch, please read this brochure together with somebody who can translate or explain the information to you.

Bu broşürdeki bilgi sizin için önemlidir. Hollandaca dilde zorlanıyorsanız, bu broşürü size tercüme edecek ya da açıklayacak biriyle birlikte okuyun.

Informacje zawarte w tym folderze są ważne dla Państwa. Jeśli język niderlandzki sprawia Państwu trudność, postarajcie się przeczytać informacje zawarte w tym folderze z kimś, kto może Państwu je przetłumaczyć lub objaśnić.

المعلومات المتواجدة في هذا المنشور مهمة بالنسبة لكم. إذا كنتم تواجهون صعوبة في اللغة الهولندية،
إحرصوا حينئذ على أن تقرأوا هذا المنشور بحضور شخص ما، الذي يترجم لك المعلومات الواردة فيه
أو بشرحها لكم.

Maasstad Ziekenhuis
Maasstadweg 21
3079 DZ Rotterdam

T: (010) 291 19 11

I: www.maasstadziekenhuis.nl / www.maasnik.nl (kinderwebsite)

I: www.maasstadziekenhuis.nl/mijn (patiëntenportaal)

