

**ZOL GENK**  
Campus Sint-Jan  
Campus Sint-Barbara  
Medisch Centrum André Dumont  
**ZOL MAAS EN KEMPEN**

# Opvolging chronische nierinsufficiëntie

**ZOL GENK**  
Campus Sint-Jan  
Synaps Park 1  
B 3600 Genk

Campus Sint-Barbara  
Bessemerstraat 478  
B 3620 Lanaken  
Medisch Centrum André Dumont  
Stalenstraat 2a  
B 3600 Genk

**ZOL MAAS EN KEMPEN**  
Diestersteenweg 425  
B 3680 Maaseik

ZOL GENK  
tel. +32(0)89 80 80 80  
ZOL MAAS EN KEMPEN  
tel. +32(0)89 50 50 50  
info@zol.be

Beste patiënt,

Gelieve uw bloeddruk thuis dagelijks tweemaal per dag op te volgen en te noteren in dit boekje.

Breng dit boekje telkens mee als u naar het ziekenhuis komt samen met uw medicatielijst. Toon dit dagboek aan uw huisarts, nierspecialist en thuisverpleegkundige.

Met het juiste advies van je arts, een gezonde levensstijl en een aangepaste behandeling kan je ervoor zorgen dat je nieren langer voldoende blijven werken.

Zo blijven de schadelijke gevolgen voor je gezondheid beperkt.

## **PATIENTGEGEVENS**

Naam \_\_\_\_\_

Adres \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

–

Telefoon \_\_\_\_\_

## **UW HUISARTS**

Naam \_\_\_\_\_

Adres \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

–

Telefoon \_\_\_\_\_

## DIENST NEFROLOGIE



Secretariaat: 089/ 80 82 30  
nefrologie@zol.be

- Dr. C. Metalidis
- Dr. J. Peeters
- Dr. L. Hendrickx
- Dr. E. Macken
- Dr. A. Van Mieghem
- Prof. Dr. L. Heylen
- Prof. Dr. B. Sprangers

**DIALYSE AFDELING:** 089/80 82 40

### **MAATSCHAPPELIJK ASSISTENTEN:**

Sarah: 089/32 16 60  
Kathleen: 089/32 16 53

### **DIETISTE:**

Annick: 089/32 43 87











## Algemene adviezen



Controleer regelmatig uw bloeddruk.

Streefwaarden bloeddruk:  
>130/80.



Let op je cholesterol.



Beweeg voldoende, blijf actief.



Vermageren bij overgewicht of diabetes.



Beperk zoutinname.



Indien u rookt: stop zo snel mogelijk.



Bij diabetes: denk aan jaarlijkse vaccinaties zoals griep en corona.

## Zorg voor je nieren

Ontdek meer over niergezondheid, dialyse en EPO via onderstaande QR code.

Hier kan je lezen wat je nieren doen en hoe je nierschade kunt voorkomen.



## Informatie over het tijdelijk stopzetten van medicatie bij ziekte

### Wanneer moet je stoppen?

Wanneer je 1 of meerdere van de volgende symptomen hebt, heb je een hoger risico op uitdroging:

- Hoge koorts
- Hevige diarree (>5x/dag) of braken
- >2kg gewichtsverlies op 1 dag

Sommige geneesmiddelen kunnen het risico op uitdroging verhogen en worden daarom beter tijdelijk stopgezet.

### Wanneer mag je herstarten?

1. Zet de geneesmiddelen hieronder meteen tijdelijk stop
2. Contacteer uw huisarts binnen de 24u voor advies
3. Herstart je geneesmiddelen wanneer je je weer goed voelt en je 1-2 dagen weer normaal kan eten en drinken, in overleg met je arts

### Deze geneesmiddelen dien je tijdelijk stop te zetten bij ziekte:

- **ACE inhibitoren:** stofnamen die eindigen op -pril

Uw medicatie:

- **ARBs:** stofnamen die eindigen op -sartan

Uw medicatie:

- **Diuretica:** ook wel plaspillen genoemd

Uw medicatie:

- **Metformine:** een geneesmiddel tegen diabetes

Uw medicatie:

- **SGLT2 inhibitoren**

Uw medicatie:







[www.ZOL.be](http://www.ZOL.be)



[www.twitter.com/ZOLziekenhuis](https://www.twitter.com/ZOLziekenhuis)



[www.facebook.com/ZOLzh](https://www.facebook.com/ZOLzh)



[www.youtube.com/user/ZOLziekenhuis](https://www.youtube.com/user/ZOLziekenhuis)

Schrijf u in op onze nieuwsbrief via [www.zol.be](http://www.zol.be)

Raadpleeg online uw medisch dossier via [www.mijnzol.be](http://www.mijnzol.be)