

Medicijnen voor dialysepatiënten

Zo gebruikt u ze

Inhoud

Vooraf 3

Medicijnlijst 5

Instructies 6

Vergeten 8

Diarree of braken 10

Dialysedagen 12

Voorraad 14

Niet gebruiken 15

Informatie en advies 16

Colofon

Auteur
Hedda van het Groenewoud

Met medewerking van
Marjorie Nelissen-Vrancken, apotheker,
Instituut voor Verantwoord Medicijngebruik

Lotte Kleijer, huisarts

Maaike Hengst, verpleegkundig specialist,
dialyseafdeling Catharina Ziekenhuis Eindhoven

Marieke Kerskes, ziekenhuisapotheker,
Catharina Ziekenhuis Eindhoven

Dein van Renswouw, ziekenhuisapotheker,
Catharina Ziekenhuis Eindhoven

Deze brochure is ontwikkeld door het Instituut voor Verantwoord Medicijngebruik in samenwerking met de dialyseafdeling van het Catharina Ziekenhuis Eindhoven, en is financieel mogelijk gemaakt door de Nierstichting.

Aan de inhoud van deze brochure kunnen geen rechten ontleend worden.

© 2012 Instituut voor Verantwoord medicijngebruik

Postbus 3089, 3502 GB Utrecht
www.medicijngebruik.nl

Vooraf

Een middel tegen bloedarmoede, hoge bloeddruk en broze botten. Een plastablet, cholesterolverlager en laxeermiddel. Extra vitamines, af en toe een antibioticum of een pijnstiller. Als nierpatiënt gebruikt u veel medicijnen. Natuurlijk niet voor niets. Medicijnen zorgen ervoor dat u niet nóg zieker wordt. Als u ze tenminste trouw inneemt. Iedere keer weer. Doet u dat niet, dan is dat schadelijk. Ook voor uw nieren.

Zoveel medicijnen...

'Neem uw medicijnen goed in'. Het klinkt zo eenvoudig. Maar dat is het waarschijnlijk niet. Het zijn er niet alleen veel, u moet ze ook nog eens op verschillende manieren innemen. En op verschillende momenten van de dag. Weet u eigenlijk wat u moet doen als u er eentje vergeet? Als u diarree hebt of moet overgeven? En, hoe zit het op dialysedagen?



Ken uw medicijnen

Niet vreemd als u soms het overzicht kwijt bent. Deze brochure helpt u dat overzicht weer te krijgen. Maar dat niet alleen. U kunt ook iets dóen. Bij de brochure zit een lijst met soorten medicijnen die veel dialysepatiënten gebruiken. Pak uw medicijnen erbij en vul de lijst in. U zult zien, met dit overzicht wordt het goed innemen van uw medicijnen veel gemakkelijker.

Hulp nodig?

Misschien hebt u hulp nodig om uw medicijnen beter in te nemen. Wat er zoal mogelijk is, leest u in deze brochure. En tot slot: met vragen over medicijnen kunt u altijd terecht bij de verpleegkundig specialist, apotheker of arts. Aarzel niet, ze zijn er voor u!



Medicijnlijst

Welke medicijnen gebruik ik en waarvoor?

Nieren zijn belangrijk. Ze spoelen het bloed schoon, regelen de bloeddruk, zorgen voor stevige botten en voorkomen bloedarmoede. Zijn de nieren ernstig beschadigd, dan moet u dialyseren. En medicijnen gebruiken. Daar weet u alles van. Maar, welke medicijnen gebruikt u eigenlijk? En waarvoor? Belangrijk om te weten. Waarom? Omdat het dan beter lukt uw medicijnen in te nemen. Iedere dag weer.

Overzicht medicijnen

Uw apotheek weet precies welke medicijnen u gebruikt. De assistente draait een overzicht zo voor u uit. Ons advies: vraag erom, iedere keer als er iets veranderd is. Loop het overzicht door en vertel de assistente welke medicijnen u gebruikt van drogist of supermarkt. Ook belangrijk: neem het medicatieoverzicht mee op dialysedagen en als u een afspraak hebt met uw (huis)arts. Dan is altijd duidelijk welke medicijnen u gebruikt.

Ken uw medicijnen

Stap 1

Neem het formulier met soorten medicijnen voor dialyse-patiënten erbij. Aan u de vraag om uw eigen medicijnen in te vullen. Ook die van de drogist of supermarkt (pijnstillers bijvoorbeeld). Pak uw medicijndoosjes erbij, ga naar *'Mijn medicijn'* en zet uw medicijnen op de juiste plaats.

Instructies

Hoe moet ik mijn verschillende medicijnen gebruiken?

Stel. U moet een medicijn drie keer per dag innemen, om de acht uur één tablet. Dan moet u zich daar aan houden. Ook instructies als: 'heel doorslikken', 'voor het slapen gaan', 'op de nuchtere maag' of juist 'met eten', krijgt u niet voor niets. Houdt u zich daar niet aan, dan werkt het medicijn minder goed. Ook kunt u meer last krijgen van bijwerkingen.

Weekdoos of medicijnrol

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

- Met een ***weekdoos*** bijvoorbeeld. Hierin zitten per dag een aantal vakjes. Eén vakje voor elk moment dat u een medicijn moet nemen. Het enige dat u hoeft te doen, is uw medicijnen in de juiste de vakjes stoppen. Vindt u dat lastig? Laat dan iemand anders dit voor u doen.
- Een andere optie is de ***medicijnrol***. Uw medicijnen - meestal voor één week of twee weken - zitten dan in aparte zakjes. Op elk zakje staat welk medicijn erin zit en wanneer u het moet innemen.



Moeite met innemen

Moeite met het innemen van uw medicijnen? Vraag uw apotheek om advies. Ook kunt u een kijkje nemen op www.apotheek.nl. Daar vindt u allerlei handige instructiefilmpjes. Over het innemen van pufjes bijvoorbeeld.

Altijd bij de hand

Sommige middelen voor sterke botten (fosfaatbinders) moet u innemen zodra u iets eet. Zorg er dus voor dat u deze altijd bij de hand hebt. Dit geldt natuurlijk voor alle medicijnen die u een paar keer per dag moet innemen.

Ken uw medicijnen

Stap 2

Pak de medicijnlijst er weer bij. Vul nu bij al uw medicijnen de instructies in: Hoe vaak per dag, wanneer precies, hoeveel per keer en hoe innemen?

Vergeten

Wat moet ik doen als ik een dosis ben vergeten?

Iedereen die zo veel medicijnen op zo veel verschillende momenten van de dag moet innemen, vergeet er wel eens eentje. Meestal kunt u een vergeten dosis nog 'inhalen'. Van sommige medicijnen hoeft u een vergeten dosis niet alsnog in te nemen. Die neemt u weer de eerstvolgende keer.

Alsnog innemen

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

- **Neemt u het middel 1x per dag in?**
  Een vergeten dosis alsnog innemen kan ***tot 8 uur*** voor de volgende.
- **Neemt u het middel 2x per dag in?**
  Een vergeten dosis alsnog innemen kan ***tot 4 uur*** voor de volgende.
- **Neemt u het middel 3x per dag in?**
  Een vergeten dosis alsnog innemen kan ***tot 2 uur*** voor de volgende.
- **Neemt u het middel 4x per dag in?**
  Een vergeten dosis alsnog innemen kan ***tot 1 uur*** voor de volgende.



Nooit alsnog innemen

Sommige medicijnen mag u niet zomaar alsnog innemen:

- **Middelen voor sterkere botten (fosfaatbinders)**
  Deze neemt u in zodra u wat eet. Bent u dat vergeten? Neem het middel weer de eerstvolgende keer dat u iets eet.
- **Andere middelen voor sterkere botten (vitamine D)**
  Neem voor advies contact op met de verpleegkundig specialist of uw behandelend arts.
- **Middelen tegen stolling bloed**
  Ontdekt u dezelfde dag dat u een dosis vergeten bent? Neem de vergeten dosis dan alsnog in. Ontdekt u het pas de volgende dag? Neem dan contact op met de verpleegkundig specialist of uw behandelend arts.
- **Antibiotica**
  Neem voor advies contact op met de verpleegkundig specialist of uw behandelend arts.

Ken uw medicijnen

Stap 3

Pak uw medicijnlijst er weer bij. Ga naar de kolom *'Vergeten'*. Vul in bij elk medicijn dat u gebruikt óf u dit moet inhalen en binnen hoeveel tijd.

Diarree of braken

Wat moet ik doen als ik diarree heb of moet braken?

Hevige diarree. Regelmatig overgeven. U voelt u niet alleen beroerd, u verliest ook veel vocht. Bovendien daalt uw bloeddruk. Dan kunt u beter tijdelijk stoppen met medicijnen die hetzelfde effect hebben.

Tijdelijk stoppen

- **Bij diarree en/of braken**
  Stop dan tijdelijk met het laxeermiddel. Gebruikt u een kaliumverlager, plastablet en/of middel tegen hoge bloeddruk? Vraag uw behandelend arts dan om advies. Dat kan natuurlijk ook buiten kantooruren.
- **Bij weinig tot niets eten**
  Stop dan tijdelijk met het middel voor sterkere botten (fosfaatbinder). Deze hoeft u namelijk alleen in te nemen als u iets eet.



Tijdelijk minderen

- **Bij braken**
  Gebruikt u insuline? Dan geldt: braken = bellen. Oftewel, neem contact op met de diabetesverpleegkundige of praktijkondersteuner van uw huisarts.

Bij twijfel

Twijfelt u of u bepaalde medicijnen moet blijven innemen bij diarree of braken? Aarzel niet en vraag de verpleegkundig specialist, uw behandelend arts of apotheker om advies.

Ken uw medicijnen

Stap 4

Ga naar de kolom *'Diarree of braken'* in uw medicijnlijst. Vermeld bij ieder medicijn dat u gebruikt wat u dan moet doen.

Dialysedagen

Wat moet ik doen op dialysedagen?

Niet alle medicijnen gaan goed samen met dialyse. 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.

Tijdelijk stoppen

- **Kaliumverlagers**
- **Plastabletten, middelen tegen hoge bloeddruk**
  Deze hoeft u alleen te stoppen als u na dialyse duizelig bent. Overleg wel eerst met uw behandelend arts. Laat na de dialyse trouwens gelijk even uw bloeddruk meten.



Aanpassing dosering

- **Insuline**
  Hoeveel insuline u nodig hebt, is afhankelijk van hoeveel u eet op de dialysedag en wanneer.
- **Antibiotica**
  Soms moet u na dialyse een extra dosis innemen. Sommige antibiotica neemt u alleen op dialysedagen. Vraag de verpleegkundig specialist of de arts die u het middel heeft voorgeschreven, om advies.

Bij twijfel

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

Alleen op dialysedagen

Sommige medicijnen krijgt u juist toegediend op dialysedagen.
Bijvoorbeeld middelen die u slechts één keer per week of maand gebruikt.

Ken uw medicijnen

Stap 5

Neem de medicijnlijst erbij. Ga naar de kolom *'Dialysedagen'*. Vermeld bij ieder medicijn dat u gebruikt wat u moet doen op een dialysedag.

Voorraad

Heb ik voldoende medicijnen in voorraad?

U drukt de laatste tablet uit de strip. U pakt het doosje erbij, maar nee, dat is leeg. Vergeten nieuwe te halen. Dat komt morgen wel, denkt u misschien. Niet verstandig. Want zomaar even stoppen met uw medicijnen is schadelijk. Zorg er dus voor dat u nooit zonder medicijnen zit. Ook niet op vakantie. De apotheker kan daarbij helpen.

Tegelijk herhalen

Al uw medicijnen op hetzelfde moment herhalen. Dat is handig als u zoveel verschillende medicijnen gebruikt als u. En dat kan. Geef dit door aan de apotheek en het is geregeld. Een hele zorg minder.

HerhaalService

Sommige apotheken bieden nog een extra service: de HerhaalService. U krijgt dan bericht van de apotheek als uw medicijnen bijna op zijn.

Goed bewaren

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

Niet gebruiken

Welke medicijnen zijn schadelijk voor mijn nieren?

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

Schadelijk

Deze medicijnen moet u niet gebruiken:

- **Pijnstillers als ibuprofen (Advil), naproxen (Aleve), diclofenac (Voltaren)**
  Let op: deze zijn ook te koop bij drogist en supermarkt.
- **Sommige antibiotica, plastabletten en middelen tegen hoge bloeddruk, nierstenen, diabetes of jicht**
  Uw arts en apotheker weten welke u niet mag gebruiken.

Contrastvloeistof

Voor sommige onderzoeken is het nodig contrastvloeistof in te spuiten. Ook al is dat slecht voor uw nieren. U beperkt de schade als u tijdelijk stopt met laxeermiddelen, plastabletten en middelen tegen hoge bloeddruk. Overleg hierover met uw (huis)arts.

Bij twijfel

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

Informatie en advies

Waar kan ik terecht?

Handige websites

- **www.nvn.nl** Van de nierpatiëntenvereniging. Ga naar het 'Ontmoetingsplein' voor contact met lotgenoten.
- **www.mijnnierinzicht.nl** Voor als u zelf de regie over uw ziekte en behandeling wilt houden.
- **http://blog.nierstichting.nl** Lees de persoonlijke verhalen van mensen met een nierziekte.
- **www.nierstichting.nl** Alles over nieren, nierziekten en hun behandeling.
- www.medalert.nl Doorloop de stappen en voortaan krijgt u een sms'je als het tijd is om uw medicijnen in te nemen. Ook beschikbaar als iPhone-app (gratis).
- **www.apotheek.nl** Alles wat u maar wilt weten over (uw) medicijnen.
- **www.meldpuntmedicijnen.nl** Meld uw ervaringen met medicijnen en bekijk de ervaringen van anderen.
- **www.lareb.nl** Voor het melden van bijwerkingen van medicijnen.
- **www.mijnnieren.nl** Interactieve website voor nierpatiënten van de NVN.

Handige apps

- **MedAlert iPhone-app** (gratis) die u eraan helpt herinneren dat u uw medicijnen in moet nemen.
- **VGZ Medicijnen** Ook deze gratis app (voor iPhone en Android) geeft een seintje als u uw medicijnen in moet nemen.
- **REshape MijnMedicatie** Scan de barcodes van uw medicijnen, voer de dosering in en deze iPhone-app zet ze in een medicijnoverzicht.



catharina ziekenhuis

Instituut voor Verantwoord Medicijngebruik