

CNE vasculaire zorg, 18 maart 2014

Dieetadviezen bij chronische nierschade

Sanne Huisman, diëtist

Radboudumc

Inhoud

- **Dieetadviezen bij nierfunctiestoornissen:**
 - Verwijzen
 - Doelstelling behandeling diëtist
 - Dieetkenmerken (t.a.v. eiwit, natrium, kalium, fosfaat, calcium, energie, vocht, RGV, sterfruit) met casus(voorbeeld anamnese, voorbeeld advies)
- **Vragen**

Radboudumc

Dieetadviezen bij chronische nierschade

Wanneer verwijzen jullie / wordt er binnen jullie praktijk / ziekenhuis verwezen?

Radboudumc

Verwijzen (1)

- Volgens DNNrichtlijn 2012 (of www.nvdietist.nl/artstenwijzer)
 - Bij vaststellen chronische nierschade (GFR < 60 ml/min stadium 3)
 - Proteïnurie >0,5g/ fag
 - Hyperfosfatemie s P> 1,5mmol/l
 - Hyperkaliemie s K> 5mmol/l

Radboudumc

Verwijzen (2)

- Uremisch syndroom sU > 30 mmol/l (symptomen: misselijkheid, smaakveranderingen, braken, jeuk, verminderde eetlust)
- Vochtretentie
- Risico op slechte voedingstoestand/ ondervoeding
- Voorbereiding op nierfunctievervangende therapie
 - TX, bij overgewicht: energiebeperkt dieet
 - PD of HD: verwachte dieetwijzigingen
- Jicht: urinezuurgehalte > 0,35 mmol/l
- Nierstenen bij (recidief) steenvorming

Radboudumc

Doelstelling behandeling diëtist

- Vertragen verdere verslechtering nierfunctie (bijvoorbeeld door verbeteren bloeddrukregulatie en verminderen proteïnurie)
- Vermindering van symptomen van chronische nierschade, zoals uremie, natrium- en vochtretenntie, hyperkaliemie en hyperfosfatemie
- Preventie van late complicaties van nierschade, zoals renale botziekten en cardiovasculaire complicaties

Radboudumc

Dieetkenmerken (1)

Op welke bloeduitslagen kan een dieet invloed hebben?

Radboudumc

Dieetkenmerken (2) Eiwit (1)

- **Hoeveel gram eiwit mag iemand met chronische nierinsufficiëntie hebben?**
- **Is dit meer of minder dan de gezonde Nederlander geadviseerd wordt?**

Radboudumc

Dieetkenmerken(3) Eiwit (2)

- Bij GFR < 60: 0,8g/kg actueel gewicht tot BMI 27
Alleen bij ernstige uremische klachten beperken tot 0,6 g/kg actueel gewicht in combinatie met voldoende energie-inname

Radboudumc

Casus/ voorbeelddagvoeding t.a.v. eiwit(1)

Casus: Dhr B is een 39 jarige man met chronisch nierfalen MDRD 18. Hij is 1.80m en 74 kg, BMI 22.8. Zijn gewicht is stabiel.

- **Past deze voeding t.a.v. het eiwitgehalte binnen het advies voor deze patiënt?**

Radboudumc

Casus/ voorbeelddagvoeding t.a.v. eiwit(2)

Ontbijt

3 snee bruinbrood
 3 besmeerd met dieetmargarine
 1 x belegd met vleeswaren
 2 x belegd met volvette kaas
 1 beker koffie/thee met suiker

In de loop van de morgen

1 plak ontbijtkoek
 1 besmeerd met dieetmargarine

Middag maaltijd

4 snee bruinbrood
 4 besmeerd met dieetmargarine
 1 x belegd met volvette kaas
 1 x belegd met soet beleg
 1 x belegd met Runderrookvlees
 1 x belegd met Ham rauwe
 1 glas Melt halfvolle

In de loop van de middag

1 glas Limonade
 1 portie fruit

Avond maaltijd

4 stuk(s) aardappelen of variatie
 4 opscheplepel(s) groente
 1 portie vlees, vis of gevogelte
 1 eetlepel(s) vloeibare margarine of olie
 Met zout bereid
 1 schaalkje Vanillevla

In de loop van de avond

2 stuk(s) koekje(s) of variatie
 1 beker koffie/thee met suiker
 1 portie fruit

Radboudumc

Casus/ voorbeelddagvoeding t.a.v. eiwit(3)

- Wat zijn de belangrijkste bronnen van eiwit in deze voeding?

Radboudumc

Casus/ voorbeelddagvoeding t.a.v. eiwit(4)

Ontbijt		Eiwit g	Avond maaltijd		
3 snee	bruinbrood	11,7	4 stuk(s)	aardappelen of variatie	3,8
3 besmeerd met	dieetmargarine	0,0	4 opscheplepel(s)	groentes	3,6
1 x belegd met	vleeswaren	2,4	1 portie	vlees, vis of	
2 x belegd met	volvette kaas	6,8		gevogelte	18,5
1 beker	koffie/thee met suiker	0,3	1 eetlepel(s)	vloeibare margarine of olie	0,0
			Met zout bereid		0,0
			1 schaaletje	Vanillevla	3,3
In de loop van de morgen			In de loop van de avond		
1 plak	ontbijtkoek	0,8	2 stuk(s)	koekje(s) of variatie	1,3
1 besmeerd met	dieetmargarine	0,0	1 beker	koffie/thee met suiker	0,3
			1 portie	fruit	0,8
Middag maaltijd			=====		
4 snee	bruinbrood	15,5	EINDTOTAAL	(afgerond)	85
4 besmeerd met	dieetmargarine	0,0			
1 x belegd met	volvette kaas	3,4			
1 x belegd met	soet beleg	0,0			
1 x belegd met	Runderrookvlees	2,3			
1 x belegd met	Ham rauwe	2,5			
1 glas	Melk halfvolle	5,0			
In de loop van de middag					
1 glas	Limonade	0,0			
1 portie	fruit	0,8			

Radboudumc

Casus/ voorbeeld advies t.a.v. eiwit(5)

Ontbijt		Eiwit g	Avond maaltijd		
3 snee	bruinbrood	11,7	4 stuk(s)	aardappelen of variatie	3,8
3 besmeerd met	dieetmargarine	0,0	4 opscheplepel(s)	groenten	3,6
1 x belegd met	vleeswaren	2,4	0,5 portie	vlees, vis of	
2 x belegd met	soet beleg	0,1		gevogelte	9,3
1 beker	koffie/thee met suiker	0,3	1 eetlepel(s)	vloeibare margarine of olie	0,0
In de loop van de morgen			In de loop van de avond		
1 plak	ontbijtkoek	0,8	2 stuk(s)	koekje(s) of variatie	1,3
1 besmeerd met	dieetmargarine	0,0	1 beker	koffie/thee met suiker	0,3
Middag maaltijd			=====		
4 snee	bruinbrood	15,5	EINDTOTAAL	(afgerond)	60
4 besmeerd met	dieetmargarine	0,0			
1 x belegd met	volvette kaas	3,4			
1 x belegd met	soet beleg	0,0			
1 glas	Melk halfvolle	5,0			
In de loop van de middag					
1 glas	Limonade	0,0			
1 portie	fruit	0,8			

Radboudumc

Dieetkenmerken (4)

Natrium(1)

Juist / niet juist

Natrium is hetzelfde als zout
1 gram natrium = 2.5 gram zout

Radboudumc

Dieetkenmerken (5)

Natrium(2)

- **Hoeveel milligram natrium mag iemand met chronische nierinsufficiëntie hebben?**
- **Is dit meer of minder dan de gezonde Nederlander geadviseerd wordt?**

Radboudumc

Dieetkenmerken (6) Natrium (3)

- Natrium maximaal 5 gram/ dag of 2000 mg natrium per 24 uur

Radboudumc

Casus/ voorbeelddagvoeding t.a.v. natrium(1)

- **Past deze voeding t.a.v. het natriumgehalte binnen de adviezen bij een patiënt met chronisch nierfalen?**

Radboudumc

Casus/ voorbeelddagvoeding t.a.v. natrium(2)

Ontbijt

3 snee bruinbrood
 3 besmeerd met dieetmargarine
 1 x belegd met vleeswaren
 2 x belegd met volvette kaas
 1 beker koffie/thee met suiker

In de loop van de morgen

1 plak ontbijtkoek
 1 besmeerd met dieetmargarine

Middag maaltijd

4 snee bruinbrood
 4 besmeerd met dieetmargarine
 1 x belegd met volvette kaas
 1 x belegd met soet beleg
 1 x belegd met Runderrookvlees
 1 x belegd met Ham rauwe
 1 glas Melk halfvolle

In de loop van de middag

1 glas Limonade
 1 portie fruit

Avond maaltijd

4 stuk(s) aardappelen of variatie
 4 opscheplepel(s) groente
 1 portie vlees, vis of gevogelte
 1 eetlepel(s) vloeibare margarine of olie
 Met sout bereid
 1 schaalpje Vanillevla

In de loop van de avond

2 stuk(s) koekje(s) of variatie
 1 beker koffie/thee met suiker
 1 portie fruit

Radboudumc

Casus/ voorbeelddagvoeding t.a.v. natrium(3)

- Wat zijn de belangrijkste bronnen van natrium in deze voeding?

Radboudumc

Casus/ voorbeelddagvoeding t.a.v. natrium(4)

Ontbijt		Natrium mg	Avond maaltijd		
3 snee	bruinbrood	528,2	4 stuk(s)	aardappelen of variatie	8,0
3 besmeerd met	dieetmargarine	35,0	4 opscheplepel(s)	groente	98,0
1 x belegd met	vleeswaren	159,8	1 portie	vlees, vis of gevogelte	198,0
2 x belegd met	volvette kaas	249,3	1 eetlepel(s)	vloeibare margarine of olie	40,7
1 beker	koffie/thee met suiker	1,5	2 g	Zout	780,0
			1 schaalteje	Vanillevla	81,0
In de loop van de morgen			In de loop van de avond		
1 plak	ontbijtkoek	61,0	2 stuk(s)	koekje(s) of variatie	69,6
1 besmeerd met	dieetmargarine	11,7	1 beker	koffie/thee met suiker	1,5
Middag maaltijd			1 portie	fruit	1,3
4 snee	bruinbrood	704,2	EINDTOTAAL (afgerond) 4000		
4 besmeerd met	dieetmargarine	46,6			
1 x belegd met	volvette kaas	124,7			
1 x belegd met	soet beleg	3,8			
1 x belegd met	Runderrookvlees	310,0			
1 x belegd met	Ham rauwe	201,0			
1 glas	Melk halfvolle	60,0			
In de loop van de middag					
1 glas	Limonade	10,0			
1 portie	fruit	1,3			

Radboudumc

Casus/ voorbeeld advies t.a.v. natrium(5)

Ontbijt		Natrium mg	Avond maaltijd		
3 snee	bruinbrood	528,2	4 stuk(s)	aardappelen of variatie	8,0
3 besmeerd met	dieetmargarine	35,0	4 opscheplepel(s)	groente	98,0
1 x belegd met	vleeswaren	159,8	0,5 portie	vlees, vis of gevogelte	99,0
2 x belegd met	soet beleg	7,5	1 eetlepel(s)	vloeibare margarine of olie	40,7
1 beker	koffie/thee met suiker	1,5			
In de loop van de morgen			In de loop van de avond		
1 plak	ontbijtkoek	61,0	2 stuk(s)	koekje(s) of variatie	69,6
1 besmeerd met	dieetmargarine	11,7	1 beker	koffie/thee met suiker	1,5
Middag maaltijd			EINDTOTAAL (afgerond) 2000		
4 snee	bruinbrood	704,2			
4 besmeerd met	dieetmargarine	46,6			
1 x belegd met	volvette kaas	124,7			
1 x belegd met	soet beleg	3,8			
1 glas	Melk halfvolle	60,0			
In de loop van de middag					
1 glas	Limonade	10,0			
1 portie	fruit	1,3			

Radboudumc

Dieetkenmerken (7)

Kalium

- Kaliumbepierking op geleide van labwaarden, 2000-3000mg/dag
- **Wat zijn volgens jullie voorbeelden van kaliumrijke producten?**
- Kaliumrijke producten: aardappelen, groente, fruit, melk, koffie, cacao(chocolade), peulvruchten en noten. Producten die hiervan gemaakt zijn zoals chips, frites, vruchtensappen en amandelspijs bevatten ook veel kalium. Verder leveren appelstroop en natriumarme producten ook veel kalium
- Kaliumarme producten: thee, rijst, pasata, frisdrank, kaas, margarine, roomboter, olie, jam, suiker, honing

Radboudumc

Dieetkenmerken (8)

Fosfaat

- Fosfaat: 800-1000mg/dag en juiste afstemming fosfaatmedicatie versus fosfaatname
- **Wat zijn volgens jullie voorbeelden van fosfaatrijke producten?**
- Fosfaatrijke producten: melk- en melkproducten, vlees, kip, vis, eieren, kaas, smeerkaas, peulvruchten, noten, pinda's, chocolade
- Fosfaatarme producten: groenten, fruit, koek, snoep, suiker, boter, olie

Radboudumc

Dieetkenmerken (9)

Calcium

- Calcium: maximaal 2000mg/dag inclusief calciumbevattende medicatie

Radboudumc

Dieetkenmerken (10)

Energie

- Energie: basaalmetabolisme + toeslagen uitgaande van het actuele gewicht (tenzij evident veel vocht wordt vastgehouden)

Radboudumc

Dieetkenmerken (11)

Vocht

- Minimaal 1,5-2L per dag
- Bij hartfalen 1,5-2L per dag. Bij een hoge dosering diuretica ter voorkoming van vochtretentie: 1,5L per dag
- Bij nierstenen: 2,5-3L per dag

Radboudumc

Dieetkenmerken (12)

RGV

- Richtlijnen goede voeding: voor zover dit past binnen de dieetbeperkingen



Radboudumc

Dieetkenmerken (13)

Sterfruit en sterfruitproducten

- Gebruik van sterfruit en sterfruitproducten wordt vanwege neurotoxiciteit afgeraden



Radboudumc

Voorbeeld totaal advies dhr B.

Ontbijt	Energie kcal	Eiwit g	Natrium mg	Kalium mg	Fosfaat mg	Calcium mg
3 snee bruinbrood	246	11,7	828	245	210	36
3 besmeerd met dieetmargarine	108	0,0	35	0	0	0
1 x belegd met vleeswaren	38	2,4	160	45	34	2
2 x belegd met soet beleg	73	0,1	8	21	3	2
1 beker koffie/thee met suiker	26	0,3	2	117	0	6
In de loop van de morgen						
1 glas ontbijtbroek	77	0,8	61	34	25	4
1 besmeerd met dieetmargarine	36	0,0	12	0	0	0
Middag maaltijd						
4 snee bruinbrood	328	15,5	704	326	280	48
4 besmeerd met dieetmargarine	144	0,0	47	0	0	0
1 x belegd met volvette kaas	57	3,4	128	15	81	122
1 x belegd met soet beleg	36	0,0	4	10	1	1
1 glas Melk halfvolle	71	5,0	60	246	196	182
In de loop van de middag						
1 glas Limonade	78	0,0	10	28	4	10
1 portie fruit	75	0,5	1	230	23	14
Avond maaltijd						
4 stuk(s) aardappelen of variatie	166	3,8	8	688	82	18
4 opscheplepel (s) groente	62	3,6	98	462	52	86
0,5 portie vlees, vis of gevogelte	118	9,3	99	151	87	5
1 eetlepel(s) vloeibare margarine of olie	73	0,0	41	0	0	0
In de loop van de avond						
2 stuk(s) koekje(s) of variatie	94	1,3	70	45	27	7
1 beker koffie/thee met suiker	26	0,3	2	117	0	6
EINDTOTAAL	2000	60	2000	3000	1000	500

Radboudumc

