

‘Onderzoek geeft inzicht in kwaliteit van de verschillende behandelingen’

Vervolg van voorpagina

Menno Koostra, nefroloog bij Dianet: “We verwachten na afloop van de studie te weten of er bij nachtelijke dialyse minder snel vaatverkalking optreedt dan bij gewone dialysevormen, en of de vaatverkalking misschien net zo langzaam optreedt als wanneer iemand getransplanteerd is. Met het onderzoek willen we bekijken of onze hypothese, namelijk dat NTHD de behandelingsmethode met de beste overleving is, wetenschappelijk kan worden onderbouwd”.

Vergelijking behandelingen

Aan Dianet-patiënten en patiënten van andere centra zal binnenkort persoonlijk en per brief worden gevraagd aan het onderzoek mee te werken. “Het onderzoek geeft inzicht in de kwaliteit van de verschillende behandelingen. Die vergelijking stelt ons in staat patiënten beter

te adviseren. Voor patiënten die eraan meewerken, geeft het bovendien actueel inzicht in de toestand van hun hart en vaten. Het onderzoek zelf is niet ingewikkeld of pijnlijk”, aldus Menno Koostra. Samen met zijn collega-nefroloog Brigitte van Jaarsveld (inmiddels werkzaam bij VU Medisch Centrum) legde hij de basis voor het onderzoek, dat wordt uitgevoerd in samenwerking met het UMC Utrecht. Menno Koostra: “Verder helpt dit onderzoek met te ontdekken bij welke dialysepatiënten de vaatverkalking het snelst optreedt. Juist die mensen zouden veel baat hebben bij een intensieve dialysemethode. Dit onderzoek is van belang voor de toekomst van nierpatiënten: als we beter begrijpen waar de vaatverkalkingen vandaan komen, en of we deze met een dialysemethode kunnen beïnvloeden, kunnen mensen ook beter kiezen met welke dialysemethode ze behandeld willen worden.”



Brigitte van Jaarsveld en Menno Koostra
... ‘Dit onderzoek is van belang voor de toekomst van nierpatiënten’...

Wilt u deelnemen?

Wilt u meedoen aan het onderzoek? Dan wil Dianet het u zo gemakkelijk mogelijk maken. Alle onderdelen (bloedafname, CT-scan, meting bloedvat-soepelheid) worden zoveel mogelijk uitgevoerd voor of na een polikliniekbezoek of een dialyse.

Onkostenvergoedingen

Mocht u toch extra naar het ziekenhuis moeten komen, dan zorgen wij voor een reiskostenvergoeding van 0,25 euro per gereden kilometer en parkeerkostenvergoeding, of een taxikostenvergoeding. Afhankelijk van uw reistijd en het tijdstip van de dag kunt u een lunchvergoeding krijgen van 10 euro.

Het onderzoek

Er worden 4 groepen mensen onderzocht:
- 40 mensen die starten met nachtelijke hemodialyse 5-7 x per week;
- 40 mensen die behandeld worden met hemodialyse 3 x per week overdag;
- 40 mensen die behandeld worden met peritoneale dialyse;
- 40 mensen die een niertransplantatie hebben ondergaan.

Bij al deze mensen wordt jaarlijks een multislice CT-scan gemaakt van het hart. Dit is een moderne techniek waarbij zeer veel kleine doorsnedefoto's van het hart gemaakt worden. Om te kijken of de kransslagaderen vernauwd zijn, worden hiervan ook multislice CT-scans gemaakt. Dit gebeurt aan het begin van het onderzoek en na 3 jaar. Dit onderzoek

duurt korter dan 1 minuut, en geeft minder stralenbelasting dan een ‘normale’ CT-scan van de buik. Verder wordt elk jaar met een klein echo-apparaatje de elasticiteit van de bloedvaten gemeten. Dit duurt ongeveer 30 minuten en is niet pijnlijk. In de 3 jaar dat de studie duurt wordt verder nog bloed afgenomen om te kijken naar calcium, fosfaat en een aantal ontstekingsmarkers. Deze bloedafnames worden gedaan als er toch al bloed afgenomen wordt bij de dialyse of bij de policonrole na transplantatie. Ook wordt bijgehouden of de mensen hart- en vaatziekten krijgen. Al deze gegevens worden verzameld en bewaard in een databank.

Even voorstellen:

Diëtist Sylvia Haverkamp

Sinds begin september van dit jaar werkt Sylvia Haverkamp als diëtist bij Dianet in Amsterdam. Ze werkt zowel op de vestigingen Holendrecht (Q01) als AMC (A01) en begeleidt volwassen HD- en PD-patiënten. Sylvia (28) heeft haar opleiding HBO Voeding en Diëtetiek net afgerond. Voor ze naar Dianet kwam liep ze stage bij het UMC Utrecht op de afdelingen nefrologie, dialyse en inwendige geneeskunde. Eerder liep ze stage in een verpleeghuis in Dordrecht. Sylvia: “Mijn afstudeeropdracht was op de dialyseafdeling van het



Rijnland Ziekenhuis in Leiderdorp. Daar heb ik een bijdrage mogen leveren aan het implementeren van de Subjective Global Assessment, een screeningsmethode om ondervoeding te voorkomen of tijdig te kunnen signaleren. Bij Dianet in Amsterdam zijn we er ook mee begonnen.”

‘Bijzondere relatie opbouwen’

Vanwaar haar voorkeur voor het werken met dialysepatiënten? Sylvia: “De complexiteit van het ziektebeeld en de behandeling vind ik erg boeiend. Daarnaast kun je, door de veelal langdurige en intensieve begeleiding, met de patiënten een bijzondere relatie opbouwen.” Sylvia’s grote liefhebberij is, niet vreemd voor een diëtist, koken. “Vooral hapjes en kleine gerechten vind ik leuk om te maken. En bakken doe ik graag. Ik maak de lekkerste muffins, met verse frambozen en witte chocolade.”

... ‘Complexiteit van ziektebeeld en behandeling erg boeiend’...

Receptenwedstrijd NVN

Win een topdiner voor zes bij u thuis

Koken zonder zout is niet altijd even gemakkelijk. Daarom heeft de Nierpatiënten Vereniging Nederland (NVN) een receptenwedstrijd georganiseerd. De wedstrijd staat open voor nierpatiënten en mensen die dagelijks samen met nierpatiënten eten. Uw recept mag niet meer dan 10 verschillende ingrediënten bevatten (kruiden uitgezonderd) en niet meer dan 400 mg natrium (keukenzout) per portie. Alle details vindt u www.dieetinzicht.nl.

Hoe werkt het?

Log in op www.dieetinzicht.nl, klik ‘chronische nierinsufficiëntie’ aan en kies vervolgens ‘recept’. Daar kunt u uw eigen recept(en) intypen en controleren of deze inderdaad

niet meer dan 400 mg zout per portie bevatten. De inzenders van de 10 lekkerste recepten worden uitgenodigd deel te nemen aan een kookworkshop op World Kidney Day op 11 maart 2010. Hier worden de 10 recepten bereid en wordt de winnaar van de hoofdprijs bekend gemaakt. Die hoofdprijs is een topdiner voor 6 personen bij u thuis! Ook zijn er nog diverse andere leuke prijzen te winnen.

U kunt uw recept mailen naar info@dieetinzicht.nl of per post sturen naar de Nierpatiënten Vereniging Nederland, Antwoordnummer 515, 1400 VB Bussum (postzegel niet nodig).



Colofon

DianetNu is een nieuwsbrief voor cliënten, contractziekenhuizen en overige relaties van Dianet Dialysecentra.

Bijdragen, tips en suggesties voor uitgave 24 uiterlijk week 49 bij:

Ad van den Dool
T (010) 284 04 80
info@overrijndervandendool.nl

Redactieadres:

Brennerbaan 130, 3524 BN Utrecht

Redactiecommissie

Namens locatie AMC:
Bernie van Daatselaar,
medisch maatschappelijk werker

Namens locatie Holendrecht:
Johan Hartkamp, teamcoördinator

Namens locatie Utrecht:
Sabine de Gier, teamcoördinator
Tanneke Winkel,
medisch maatschappelijk werker
Karin Schuurman,
medisch maatschappelijk werker

Tekst en productie:

Overrijnder Van den Dool
Tekstbijdragen:
Dick Struijk, Ingrid van der Gun

Fotografie:

Krijntje Kruiemel, Ad van den Dool e.a.

Vormgeving/DTP:

Depot Groep



www.dianet.nl

DianetNU

Thuis in dialysezorg

DianetNU is een nieuwsbrief van Dianet Dialysecentra. Redactieadres: Brennerbaan 130, 3524 BN Utrecht.

Griep en vaccineren

Griep en dan vooral de ‘Mexicaanse’ variant, de media staan er bol van. Inmiddels is er volgens het RIVM eind oktober een officiële epidemie uitgebroken, omdat er toen per 100.000 mensen 55 ook werkelijk ziek waren. Dat zullen er bij het ter perse gaan van deze DianetNu ongetwijfeld al meer zijn. Begin november kwamen de vaccins tegen de nieuwe influenza A (H1N1) binnen. Onze patiënten kunnen dit vaccin via hun huisarts krijgen. Als nefroloog raad ik dat aan: dialysepatiënten behoren tot de medische risicogroepen, die een ernstig beloop van deze nieuwe griep kunnen doormaken.

Zelf heeft Dianet ampullen voor zijn medewerkers besteld. Wie dat wil, kan zich laten inenten. Zelf behoort ik tot de groep mensen die nooit last hebben van de gewone griep. Toch laat ik me dit keer wel vaccineren. Want ook mensen die zelden ziek zijn, kunnen door het influenza A (H1N1)-virus ziek worden. Het virus is zo nieuw dat bijna niemand afweer tegen de ziekteverwekker heeft kunnen opbouwen. Daarnaast kun je het virus bij je dragen zonder ziek te zijn. Je bent dan wel besmettelijk voor anderen.

Dick Struijk
Directeur Patiëntenzorg

Dianet start breed 3-jarig onderzoek

Nachtelijke hemodialyse beter voor hart en vaten?

Dianet gaat onderzoeken of kalkafzetting in het bloed, of elders in het lichaam, door nachtelijke hemodialyse minder snel optreedt of misschien zelfs afneemt.

Waarom dit onderzoek, dat naar verwachting nog dit jaar start en drie tot vier jaar gaat duren? Mensen met een nierziekte hebben vaker kalk in hun bloedvaten dan mensen zonder nierziekte. Hoe dit komt, is niet helemaal duidelijk. Als er veel kalk in wand van bloedvaten aanwezig is, is de soepelheid van de bloedvaten kleiner. Zo is er meer kans dat de bloedvaten verstopt raken. Hart- en vaat-

ziekten komen dan ook veel voor bij dialysepatiënten. Van nachtelijke hemodialyse is bekend dat de calcium- en fosfaatwaarden in het bloed bijna altijd normaal worden, terwijl met fosfaatbinders gestopt kan worden. Ook is bekend dat kalkafzettingen, bijvoorbeeld in gewrichten, snel verdwijnen als iemand behandeld wordt met nachtelijke dialyse.

[Lees verder op pagina 5](#)

Dianet’s Ruthline exposeert ‘met liefde’ in Holendrecht

“Exposeren voor collega’s en patiënten is dubbel eng. Het komt dan allemaal heel erg dichtbij. Des te leuker was het dan ook dat iedereen zo positief reageerde”, aldus Ruthline Margarita, doktersassistente op de poli nefrologie in het AMC. Zij exposeert tot eind januari met eigen schilderijen in de hal en gangen van locatie Holendrecht.

De Amsterdamse van Curaçaose afkomst is een gepassioneerd schilderes die dagelijks uren achter de ezel staat. Vast terugkerend thema in haar veelzijdige en kleurrijke werk: liefde. “Ik ben een gevoelsmens. Liefde is de basis van het leven. Mèt liefde ziet het leven er een stuk mooier en gezelliger uit dan zonder. Toch?”



... ‘exposeren voor collega’s en patiënten is dubbel eng’...

Op verzoek van een patiënt/lezer duikt DianetNu in de historie van de plekken waar onze vestigingen zijn gesitueerd. Deze keer: *Holendrecht*

Holendrecht: weiden, water en boerderijen...

Ooit was dit het domein van serene rust en stilte: de plek waar nu het gebouwencomplex van het AMC staat in Amsterdam-Zuidoost. Kunt u het zich voorstellen bij het zien van de zee aan wegen, stations, gebouwen en parkeerterreinen, en het horen van het geraas van auto's en metro's en treinen? Even terug naar toen.

Weiden, water en koeien

Oudere lezers uit de regio Amsterdam herinneren zich wellicht nog het weidse polderland dat zich hier nog niet eens zo lang geleden uitstrekte. Weiden, water en boerderijen zover het oog reikte. Het gebied tussen Duivendrecht, Diemen, Weesp, Driemond, Abcoude en Ouder-Amstel behoorde tot in de jaren '60 tot de gemeente Weesperkarspel, waarvan het gemeentehuis in Weesp stond (nu bewoond door bioloog/schrijver Midas Dekkers). De rust in dit boerenland op de grens van

Noord-Holland en Utrecht werd, nog niet eens zo lang geleden, slechts verstoord door het bescheiden verkeer op de Utrechtsestraatweg en de spoorlijn Amsterdam-Utrecht. Een wandeling of rit langs de vele kronkelige riviertjes die het gebied doorsnijden, geeft nog een indruk van de landelijke sfeer van toen.

Eind jaren '60: stad ruikt op

In de jaren '60 werd de rust ruw verstoord door het gebulder van vrachtwagen en heimachines. De nieuwe woonwijk Bijlmer



De Holendrecht is een rit of wandeling meer dan waard.

moest de woningnood in de hoofdstad opvangen met mooie grote flats, uitkijkend op het groen. De stad rukte vervolgens snel op naar het zuiden, want na de 'flatwijk' Bijlmer, werd ook de aanleg van de woonwijk Gaasperdam doortastend ter hand genomen. De nieuwe wijken werden met een metrolijn verbonden met de stad. Ook kwam er een nieuwe snelweg A9 die de A2 (Amsterdam-Utrecht) aansloot op de A1 (Amsterdam-Amersfoort). En tussen de spoorlijn en de A2 verrees een uitgestrekt bedrijvenpark: Bullewijk.

Het riviertje de Holendrecht

Direct ten zuiden van het bedrijvenpark opende eind jaren '70 het nieuwe Academisch Medisch Centrum zijn deuren. En in 2006 volgde Dianet met een nieuw modern dialysecentrum op hetzelfde AMC-complex, bekend als 'locatie Holendrecht'. Maar waar komt die naam Holendrecht nu eigenlijk vandaan? Welnu, het oude poldergebied wordt doorsneden door tal van kronkelige riviertjes. Eén daarvan is de Holendrecht. Die ontspringt bij de riviertjes Bullewijk en Waver onder Ouderkerk aan de Amstel, stroomt naar het oosten de snelweg A2 onderdoor en mondt even verderop uit in het Abcoudermeer, een kilometer ten zuiden van het dialysecentrum. Een ritje of wandeling meer dan waard...

In de volgende DianetNu duiken we in de historie van de locatie Lunetten in Utrecht.



Martin Smids koos voor peritoneale dialyse

"De vrijheid die dat geeft, heb ik nodig"

"Ach, dialyseren is voor mij net zoets als scheren. Dat moet ook elke dag." Martin Smids moet om zijn eigen relativering lachen. Begin dit jaar werd hij van de één op de andere dag nierpatiënt. De 69-jarige Amsterdammer koos voor peritoneale dialyse. "De vrijheid die dat geeft, heb ik nodig."

"Het overkwam me", vertelt de heer Smids over zijn ziektegeschiedenis. "Ik werd ongeveer een jaar geleden met grote benauwdheid opgenomen in het AMC. Daar werd onder andere vaatvernauwing en nierfalen geconstateerd. Ik moest gedotterd worden en aan de dialyse. Ik heb nog tien procent van mijn nierfunctie over." Door allerlei complicaties bleef Martin Smids vijf maanden in het AMC. Daarna moest hij nog een half jaar revalideren in een verpleegtehuis.

'Heel persoonlijk'

Na uitgebreide voorlichting over dialyse en een week bedenktijd viel zijn keuze op PD en werd Martin Smids patiënt bij Dianet. "Daar is me alles verteld en geleerd. Een gezellige club met toffe mensen, als ik het zo mag zeggen. Men neemt de tijd voor je en is oprecht in je geïnteresseerd. De betrokkenheid en vriendelijkheid zijn heel persoonlijk. Je bent niet één van die vele patiënten die komen en gaan, zoals in een ziekenhuis." Tijdens het gesprek met DianetNu wisselt Martin Smids zijn dialysevoelstof. Het kost hem vier keer per dag een half uurtje. Verder is hij vrij om te gaan en te staan waar hij wil. Ook heeft hij geen vocht- en dieetbeperkingen. Peritoneale dialyse is een actieve behandelvorm met een grote eigenverantwoordelijkheid voor de patiënt.

PD-patiënt Martin Smids... 'Je bent niet één van die vele patiënten die komen en gaan'...

Wijkverpleging

Martin Smids is gepensioneerd. Zijn werkzame leven was hij financieel analist bij een grote bank. Hij woont in de wijk Terrasdorp Hogeland in Amsterdam-Noord. "We hebben hier een prettige vorm van sociale controle", vertelt hij. "De mensen kennen elkaar en zijn erg vriendelijk en behulpzaam. Veel buurtbewoners weten dat ik ziek ben en vragen uit zichzelf of ze wat voor me kunnen doen." Martin Smids heeft een positieve kijk op het leven. "Ik verveel me niet. Autorijden lukt nog. En ik mag graag het internet op gaan en chatten. Gezellig." Afsluitend: "Wat ik over mijn nierfalen moet weten, weet ik. En wat ik moet kunnen, kan ik. Dat is een compliment voor Dianet. Het zit goed in elkaar daar. Daardoor kan ik met PD prima leven."



Cliënteninfo

ABC diëtetiek

Na het ABC van het medisch maatschappelijk werk (zie vorige uitgave) is het nu de beurt aan onze diëtisten.

Advies. De diëtisten van Dianet zijn er o.a. om u te adviseren over uw voeding. De diëtist zal samen met u op basis van uw voorkeuren en gewoontes een voedingsadvies opstellen om uw bloedsuikerslagen en voedingstoestand (zie ook S) zo goed mogelijk te houden. **Becel ProActiv** bloeddruk. Dit zijn nieuwe producten van Becel die uw bloeddruk verlagen. Let op: er zit veel Kalium in, wat voor dialysepatiënten niet gunstig is. **Contact.** Kunt u altijd opnemen met uw diëtist, ook als u geen afspraak heeft. Dan kunt u altijd vragen of ze langskomt voor het antwoord op uw vragen. **DNN** staat voor Diëtisten Nierziekten Nederland, een beroepsvereniging waar bij alle diëtisten van Dianet zijn aangesloten. Onze afdeling is sterk vertegenwoordigd binnen deze vereniging door verschillende functies. Op die manier zitten wij dicht bij het vuur van nieuwe ontwikkelingen op diëtetiekgebied binnen de nefrologie. **Extra** verstrekkings tijdens dialyse. Veel dialysepatiënten zijn ondervoed door verschillende oorzaken. Dit kan o.a. worden vastgesteld met behulp van de SGA (zie ook S). Wanneer de SGA ondervoeding aangeeft, krijgt de patiënt de gelegenheid om tijdens dialyse een extra vertrekking te nemen. Denk bijvoorbeeld aan een extra toetje of salade. **Fosfaatbinders.** Wist u dat de diëtisten u veel over fosfaat in uw voeding kunnen vertellen en wanneer u het beste uw fosfaatbinders kunt slikken? **Gezonde** voeding. Naast het dialysedieet is het belangrijk om ook gezond te eten, de diëtist kan u ook daarin adviseren. **Hoeveelheid.** Wanneer u dialyseert is er nog altijd veel mogelijk qua voeding. U zult met name op de hoeveelheid van uw voeding letten: niet teveel en niet te weinig eiwit maar ook bijvoorbeeld natrium. Uw diëtist begeleidt u hierbij. **Informatie.** Wilt u graag informatie over bijvoorbeeld gezonde voeding of een lijst waarin staat vermeld hoeveel natrium een product bevat? Dan kunt u ook bij de diëtist terecht! **Jong en oud.** De eetgewoonten en behoeftes verschillen voor jong en oud, de diëtisten van Dianet geven voedings-

adviezen voor iedereen: van jong tot oud! **Kookworkshop.** Afgelopen jaar hebben de diëtisten van Amsterdam en Utrecht kookworkshops voor cliënten georganiseerd. Dit was een groot succes. Hopelijk zal dit volgend jaar weer plaatsvinden! **Lessen.** De afdeling diëtetiek geeft ook les aan verpleegkundigen van de afdeling en voedingsassistenten. **Machtiging.** Machtiging voor drinkvoeding en sondevoedingen regelen. De afdeling diëtetiek verzorgt de aanvragen voor bijvoorbeeld extra drinkvoeding. **Natrium.** In 2006 heeft de Gezondheidsraad voor iedereen in Nederland een natriumadvies opgesteld van maximaal 2400 mg Natrium (zout) per dag. Dit is dezelfde hoeveelheid als in het 'oude' natriumbepaalde dieet waar veel dialysepatiënten zich aan moesten houden. Nu is dat dus het advies voor iedereen: teveel natrium verhoogt namelijk de bloeddruk. **Oliebol.** De oliebolentijd komt er weer aan, vergeet niet hierbij uw fosfaatbinders te nemen. Oliebollen bevatten redelijk wat fosfaat en zout. **PST.** De diëtist zit ook bij het Psychosociale teamoverleg (PST) van de kinderdialyse omdat voeding veel raakvlakken heeft met zowel psychisch als sociale problemen bij kinderen. **Q01.** De korte aanduiding voor Dianet-locatie Holendrecht. **Recepten.** Voor natriumbepaalde en niervriendelijke recepten kunt u altijd bij één van de diëtisten terecht. Ook voor adviezen voor het gebruik van kruiden en specerijen. **Subjective Global Assessment.** In de zomer van 2009 is de afdeling diëtetiek begonnen met een structurele screening op ondervoeding: de SGA. **Taal.** De diëtist kan uw voedingsadvies in verschillende talen laten vertalen. **Uniforme** werkwijze. De diëtisten van Dianet werken allemaal volgens een Nationale richtlijn die gebaseerd is op wetenschappelijke literatuur. **Voedingsbeleid.** In het voorjaar van 2009 is Dianet in Amsterdam gestart met een nieuw voedingsbeleid. Na evaluatie volgt Utrecht. **Www.dieetinzicht.nl.** Op deze website kunt u veel informatie over het dialysedieet vinden en tevens opzoeken hoeveel eiwit, natrium, kalium en natrium een voedingsmiddel bevat. Wilt u weten hoe het werkt, vraag dan uw diëtist om het uit te leggen. **X.**Tja, deze is lastig! Alles wat met voeding te maken heeft en wat u graag wilt weten kunt u hierbij invullen, we

komen graag langs! **Yoghurt** wordt in Nederland veel gegeten, net als veel andere zuivelproducten. Wist u dat hier veel goede eiwitten in zitten? Vergeet niet om hierbij uw fosfaatbinder in te nemen! **Ziekenhuisopname.** Komt u in het ziekenhuis te liggen, dan is het mogelijk dat de diëtist van het ziekenhuis langs komt in plaats van uw 'eigen' Dianet-diëtist.

Mochten er na het lezen van dit ABC nog steeds vragen zijn of juist vragen bijkomen, schroom dan niet en neem contact met ons op.

Ingrid van der Gun
Diëtist Dianet, locatie AMC

Seizoensrecept

Een nieuwe rubriek in DianetNu: elke uitgave een lekker en 'niervriendelijk' seizoensrecept van een van onze diëtistes. Dit keer een tip van Martine Norbart van Dianet-Holendrecht.

Pasta met pesto

Ingrediënten

- 2 eetlepels pijnboompitten
- 2 teentjes knoflook
- 12 blaadjes basilicum
- 50 ml olijfolie
- 150 g spaghetti

Bereidingstijd

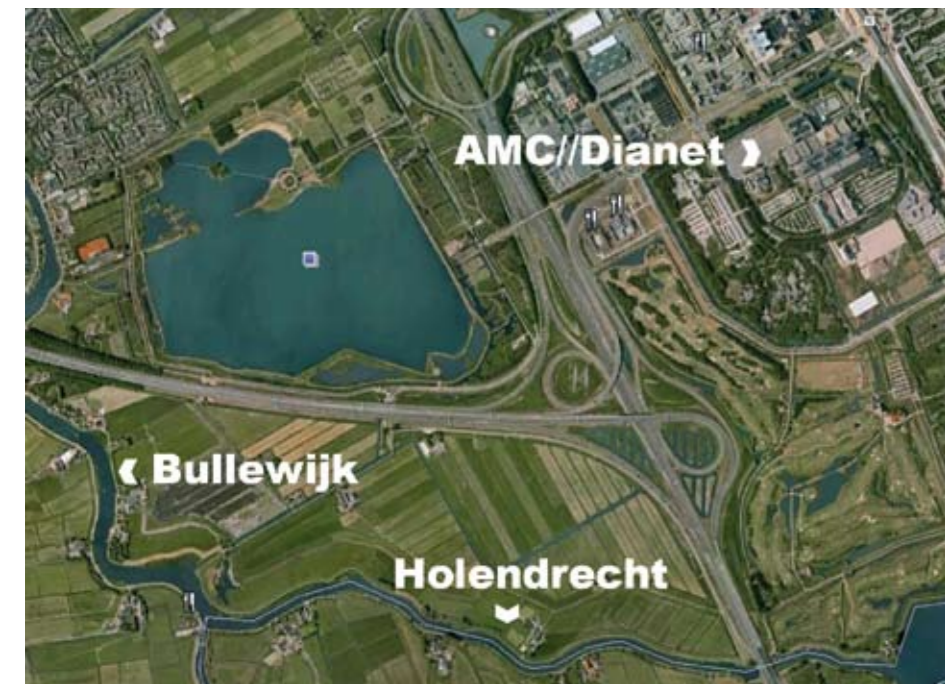
15 minuten

Bereiding

Rooster de pijnboompitten in een droge koekenpan op laag vuur tot ze een kleurtje krijgen. Maak de pijnboompitten, knoflook en basilicum fijn. Voeg al roerend de olie toe. Kook intussen de spaghetti in ruim water net gaar en giet af. Verdun de pesto eventueel met een eetlepel kookwater en meng door de spaghetti. Serveer op warme borden.

Voedingsstoffen

Per persoon: 15 mg natrium, 215 mg kalium, 12 g eiwit.



Het gebied rond het AMC vanuit de ruimte. Onderin het kleine riviertje de Holendrecht.