

Word
ook lid!



Diabetesvereniging Nederland (DVN) behartigt de belangen van mensen met diabetes. DVN biedt informatie en advies over diabetes en een gezonde leefstijl. Profiteer als lid van: deskundige hulp van de Diabeteslijn, korting op diabeteshulp-middelen en (zorg)verzekeringen, het magazine Diabc, activiteiten bij jou in de buurt en nog veel meer.

Bekijk alle voordelen op www.dvn.nl.
Word direct lid of bel 033 - 463 05 66.



20171241-12

Postadres
Postbus 470
3830 AM Leusden

Bezoekadres
Fokkerstraat 17
3833 LD Leusden

Telefoon
033 - 463 05 66
info@dvn.nl

Meer weten?

Meer informatie over complicaties vind je ook op www.dvn.nl. Neem voor vragen over diabetes contact op met de Diabeteslijn: info@dvn.nl of via **033 463 05 66**, op werkdagen van 9.00 tot 17.00 uur.

Met anderen praten over complicaties van diabetes en ervaringen uitwisselen?

Ga naar www.diabetestrefpunt.nl.



Nieren

Leven met
diabetes



www.dvn.nl

Nieren

 **Diabetesvereniging
Nederland**

Als je diabetes hebt kun je te maken krijgen met complicaties, zoals nefropathie (nierbeschadiging). Nefropathie geeft in het begin geen klachten. Om ernstige beschadiging van de nieren te voorkomen of uit te stellen, is het belangrijk dat je weet wat de nieren in je lijf doen en wat de invloed van diabetes is op je nieren.

Nierfuncties

Nieren hebben de volgende functies:

- Filteren van het bloed door stoffen uit het bloed te halen die het lichaam niet meer nodig heeft. Deze afvalstoffen komen terecht in je urine.
- Ervoor zorgen dat stoffen die het lichaam nodig heeft in het bloed blijven. Denk aan glucose, eiwitten en vitaminen.
- Een rol spelen bij het regelen van de bloeddruk.

Oorzaken

Of je last krijgt van nefropathie hangt voor een groot deel af van hoe je bloedglucosewaarden geregeld zijn (geweest). Maar ook hoe lang je al diabetes hebt, heeft invloed. Daarnaast is de kans op nefropathie groter als je andere complicaties hebt.

Effect van diabetes

Diabetes heeft op verschillende manieren invloed op de nieren. Zo kan het de filterfunctie van de nieren aantasten. Het gevolg is dat de nieren stoffen laten ontsnappen die eigenlijk in het bloed horen, zoals eiwitten. Deze eiwitten verlaten dan via de urine onbedoeld het lichaam. Aan de andere kant laten beschadigde nieren sommige afvalstoffen in het lichaam achter. Dit kan leiden tot hoge concentraties in het bloed die de nieren normaal gesproken juist moeten voorkomen. Ook kan diabetes schade veroorzaken aan bloedvaten die het bloed naar de nieren brengen.

Nieren die minder goed werken, dragen bij aan het ontstaan van een hoge bloeddruk. Andersom is het ook zo dat een te hoge bloeddruk de nieren kan beschadigen waardoor de nieren minder goed gaan werken. De bloeddruk gaat daardoor nog meer omhoog. Het is dus erg belangrijk om de bloeddruk zo goed en zo vroeg mogelijk te behandelen. Laat daarom regelmatig je bloeddruk controleren.

Risico's

Mensen met hogere bloedglucosewaarden, een hoge bloeddruk en mensen die roken, lopen extra risico nefropathie te krijgen. Erfelijkheid kan ook een rol spelen. Soms zijn bij mensen met diabetes type 2 al nierproblemen ontstaan voordat diabetes ontdekt wordt. Op tijd opsporen en behandelen van nierproblemen kan verdere schade aan de nieren voorkomen of vertragen.

Symptomen

Bij nefropathie gaat de functie van de nieren in de loop der tijd geleidelijk achteruit. Het is een sluipende complicatie. Als nieren hun werk niet meer goed kunnen doen, merk je dit niet direct. Klachten ontstaan pas als de werking van de nieren al sterk achteruit is gegaan. De bloeddruk stijgt en het lichaam gaat vocht vasthouden. Andere symptomen zijn jeuk, een bleke huid en moeheid. Ook moet je oppassen met urineweginfecties. Blaasontstekingen kunnen de nieren namelijk (verder) beschadigen.

Eiwit

Een belangrijk signaal van nierproblemen is het verlies van eiwit in de urine. Hiervan kan al sprake zijn als de nierfunctie nog niet is aangetast. Dit eiwit (albumine) laten de nieren ten onrechte door. Hoe meer eiwit in de urine, hoe ernstiger de schade aan de nieren. Een tijdige diagnose en een vroege behandeling kunnen de complicatie tegenhouden of vertragen.

Controle

Nefropathie is op te sporen door je nieren en bloeddruk jaarlijks te laten controleren. De arts kan vaststellen of en hoeveel eiwit er in je urine zit, en of bepaalde afvalstoffen (kreatinine) voldoende uit het bloed gefilterd worden. Bij een klein eiwitverlies is dat om te keren met medicijnen die de bloeddruk verlagen. Het is dan ook van belang je bloedglucosewaarden en bloeddruk goed te houden en te stoppen met roken. Hebben de nieren meer schade opgelopen, dan zal je het advies krijgen niet te veel eiwit en zout te eten. Tijdige behandeling van beginnende nierproblemen voorkomt mogelijk verdere nierklachten of stelt ze uit.

Nierschade

Als je nieren beschadigd zijn kan dit invloed hebben op de hoeveelheid eiwit die via de urine wordt afgevoerd. Aan de hand van de hoeveelheid eiwit in de urine kan je behandelaar zich een beeld vormen van de mate van nierschade. Bij veel schade zullen de nieren op den duur hun werk niet meer kunnen doen. Medicijnen kunnen dit proces vertragen. Als de nieren onvoldoende werken is nierdialyse (kunstmatig zuiveren van het bloed), peritoneaal dialyse (kunstmatig zuiveren van het bloed met behulp van buikspoelingen) of een niertransplantatie de oplossing. Gelukkig blijft de meeste mensen met diabetes dit bespaard.

Om nierschade te voorkomen of te vertragen is regelmatige controle, vroege behandeling en stoppen met roken belangrijk. Naast de zorg voor goede bloedglucosewaarden en bloeddruk, en een gezonde leefwijze.