

## 'Ik doe alles om waarden stabiel te houden'

*Zes jaar geleden kreeg Wilfred Melse (46) de diagnose 'chronisch nierfalen' te horen. Sinds die mokerslag lijdt hij officieel aan chronische nierschade. 'Ik hoop op een donor. Dan zou ik gaan janken van vreugde.'*

### **Hoe ontdekte je dat je nieren niet goed functioneerden?**

'Ik zat met een ontsteking aan mijn voet. Zoals veel mannen ging ik er niet snel mee naar de huisarts. Toen het alleen maar erger werd en ik toch de stap zette, stuurde hij me meteen door naar het ziekenhuis. Daar werd ik binnenstebuiten gekeerd. Een van mijn tenen moest geamputeerd worden, ik bleek suiker te hebben, verhoogde bloeddruk en nieren die nog maar voor 30 procent functioneerden.'



### **En dan ben je nierpatiënt, hoe is dat?**

'Dat was verschrikkelijk schrikken, dat bericht voelde als een mokerslag. Temeer omdat ik nooit ergens last van had. Inmiddels ben ik aan de situatie gewend. Ik word elke drie maanden uitgebreid gecontroleerd, ik slik medicijnen, draag aangepaste schoenen, houd mijn suikerspiegel en bloeddruk dagelijks in de gaten, spuit epo en volg een streng dieet maar verder kan ik gelukkig alles nog. Wel moet ik er erg op letten dat ik niet te lang loop. Dan is het risico voor mijn voeten te groot.'

### **Hoe word je begeleid?**

'Niets dan lof voor mijn artsen in het Groene Hart Ziekenhuis. Zeker in het begin heb ik ze gebombardeerd met vragen. Ook over de verschillende dialysemogelijkheden hebben ze me goed voorgelicht. Ik heb alvast de keus voor nachtdialyse gemaakt. Maar ik hoop het nog heel lang uit te stellen en het meest hoop ik natuurlijk op een donor. Als ik die kan vinden, zou ik janken van vreugde. Als ik op m'n twintigste had geweten dat ik

veel te hoge bloeddruk had, dan was dit misschien allemaal te voorkomen geweest. Hoe eerder je erbij bent, hoe meer winst er valt te behalen. Daarom vind ik het goed dat de Nierstichting zich actiever richt op behandeling in de fase voordat dialyse noodzakelijk is.'

### **Hoe zie je je toekomst?**

'Dialyse hangt als een zwaard van Damocles boven mijn hoofd. Er is al een shunt in mijn arm gezet. Als mijn nierfunctie opeens sterk daalt, lig ik dezelfde dag nog aan het apparaat. Het is een toekomstbeeld waarmee ik heb moeten leren leven. Maar ik doe alles wat in mijn macht ligt om mijn waarden stabiel te houden. Ik ben zelfs broccoli gaan eten en dat haat ik.'