

Nieuwe uitgave van de Nierstichting:

Leven met Chronische Nierschade Handboek voor preventie en zelfzorg

Per Åke Zillén

Per Åke Zillén is een Zweedse nierpatiënt, die zelf actief zijn leefstijl heeft aangepast, nadat hij hoorde dat zijn nierfunctie nog maar 10% was. Hij heeft zijn aanpak en ervaringen opgeschreven in een aantrekkelijk handboek, vol met praktische tips, informatie en adviezen. Het handboek vertelt van patiënt tot patiënt hoe je met de achteruitgaande nierfunctie, de symptomen en de complicatierisico's van de nierziekte om kunt gaan.

Inspiratie

De Nierstichting heeft dit Handboek laten vertalen en aan laten passen aan de Nederlandse situatie en richtlijnen. Zowel professionals, nierpatiënten als Per Åke Zillén zelf hebben hieraan meegewerkt. Het resultaat is een aantrekkelijk en overzichtelijk handboek, dat vanaf december 2010 beschikbaar is voor gebruik door patiënten en hun behandelaars.

Inhoud

Het Handboek geeft heldere uitleg over de werking van nieren, het ontstaan en voorkomen van nierschade en de behandeling ervan. Het gaat in op de thema's hoge en lage bloeddruk, voeding en gewicht, bewegen, de relatie diabetes en nierschade, het monitoren van waarden en inname van natrium, calcium en fosfaat, kalium en eiwit. Daarnaast is er een hoofdstuk over de emoties en het verwerken van de diagnose nierpatiënt te zijn.

Voor wie is het Handboek?

Het handboek Leven met chronische Nierschade is vooral bedoeld voor mensen, met een achteruitgaande nierfunctie, die nog geen nierfunctievervangende behandeling nodig hebben én die gemotiveerd zijn zelf aan de slag te gaan. Zij kunnen de meeste winst behalen met goed zelfmanagement!

U krijgt het boek van uw behandelaar, vraag er om!

De Nierstichting stelt het Handboek (net als het Zorgboek Nierfunctievervangende behandeling en Dieetboek Lekker eten met Plezier) gratis via het ziekenhuis aan nierpatiënten beschikbaar. Alleen dan krijgt het een geïntegreerde plek in de behandeling en motivatie en feedback van de behandelaar is belangrijk als steun aan patiënten bij 'hun zelfmanagement'.

Idealiter krijgen huidige en toekomstige nierpatiënten eerst het Handboek aangeboden. Wanneer sprake is van voedingsvoorschriften is de verstrekking van het Dieetboek Eten met plezier een goede aanvulling. Pas later in de behandeling, wanneer de dialyse in zicht komt, volgt verstrekking van het Zorgboek Nierfunctievervangende behandeling. Zie de informatie hierna.



NIERSTICHTING
GEEFT TOEKOMST.

Zorgboek Nierfunctie vervangende behandeling

Het Zorgboek Nierfunctievervangende Behandeling is bedoeld voor nierpatiënten met ernstige nierschade, die aangewezen raken op dialyse of transplantatie. Het boek gaat uitgebreid in op de verschillende dialysemethoden en niertransplantatie en geeft ook veel praktische informatie over de gevolgen hiervan voor het dagelijks leven van de nierpatiënt en diens omgeving. Het Zorgboek wordt uitgegeven in samenwerking met de Stichting September, uitgever van zorgboeken. De Nierstichting stelt het zorgboek via de predialysepoli gratis ter beschikking aan de nierpatiënten voor wie deze informatie belangrijk is.



Eten met plezier



Het dieet-kookboek Eten met plezier bevat tips, uitleg en recepten voor nierpatiënte, die zich aan dieetvoorschriften moeten houden. Het boek geeft ook veel achtergrondinformatie over voedingsstoffen die belangrijk zijn voor nierpatiënten. De recepten variëren van 'de Hollandse pot' tot gerechten van over de hele wereld. Nieuw is ook de samenwerking met de website dieetinzicht.nl. Eten met plezier is te koop bij de boekhandel (ISBN 978 90 66 116 337, prijs € 24,95). De Nierstichting stelt het boek gratis ter beschikking aan nierpatiënten, die een dieet krijgen voorgeschreven. Zij ontvangen het boek via hun diëtist.

Van dieetinzicht.nl naar mijnnierinzicht.nl

Kent u de website dieetinzicht.nl? Via deze site kunt u het eigen voedingspatroon in kaart brengen en gericht zoeken naar voedingsproducten en recepten, die passen binnen een dieet.

De Nierstichting heeft Bonstato, de ontwikkelaar van dieetinzicht gevraagd om de website uit te breiden met andere informatie en mogelijkheden die voor nierpatiënten belangrijk zijn als hulp bij hun zelfmanagement. Nierpatiënten kunnen op mijnnierinzicht.nl de voor hen relevante gegevens bijhouden (bijvoorbeeld de bloeddruk, uitslagen van onderzoek, medicijnen, gewicht,..) en in de tijd monitoren. Ze kunnen ook in samenspraak met hun behandelaar doelen stellen op gebied van ondermeer voeding en beweging én hierover communiceren met hun behandelaar(s).

Mijnnierinzicht.nl is **vanaf de zomer 2011** 'in de lucht'. Nierpatiënten kunnen zich dan gratis aanmelden om ermee te werken.



Website en folders

Op de website van de Nierstichting vindt u een schat aan informatie over nieren en nierziekten en natuurlijk ook over het werk van de Nierstichting. U kunt via de site ook alle folders van de Nierstichting downloaden of bestellen. Kijk op www.nierstichting.nl/folders/info.

Vragen? Suggesties?

Heeft u nog vragen of suggesties over een van deze uitgaven en/of de begeleidende activiteiten? Mail naar infonierziekten@nierstichting.nl of bel met de afdeling Voorlichting: telefoon 0800 388 0000.

Informatie voor patiënten – juni 2011

