

# VOCHTBEPERKING IN HET DIALYSEDIEET

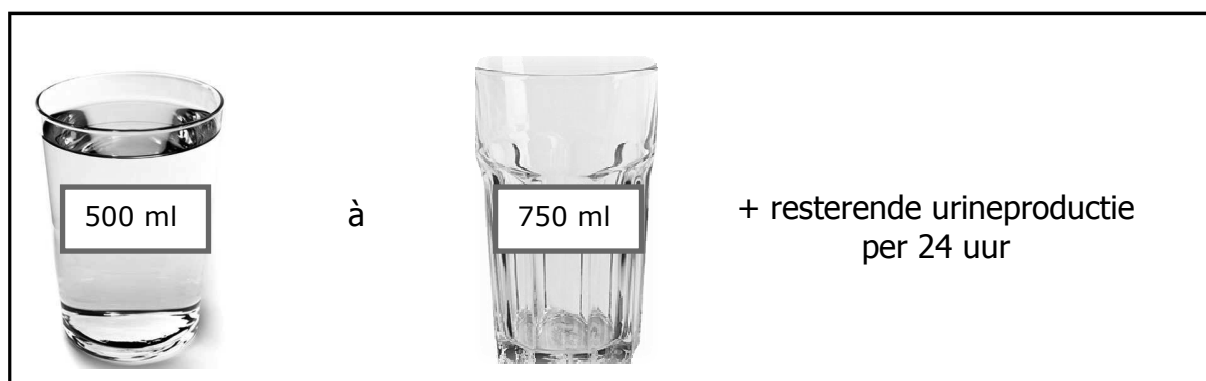
## WAAROM BEPERKEN?

Gezonde nieren verwijderen het teveel aan vocht uit het lichaam. Bij een verminderde nierfunctie stapelt vocht zich dus op. Dit kan leiden tot longoedeem (=vocht in de longen) en teveel vocht in de benen. Om dit te vermijden, wordt de drankconsumptie beter beperkt.

## IN HOEVERRE BEPERKEN?

De toegelaten hoeveelheid drank die mag ingenomen worden, is afhankelijk van de hoeveelheid urine die in 24 uur gevormd wordt.

Water, koffie, thee, frisdrank, soep, ... wordt gerekend als drank.



### **TOEGELATEN DRANK PER DAG:**

#### **VOORBEELD:**

Als u nog 400 ml plast, dan wordt dit: 500 à 750ml + 400 ml = 900 à 1150 ml/dag

## TIPS OM VOCHT TE BEPERKEN

- × Verdeel de vochtinname over de hele dag.
- × Gebruik kleine kopjes en glazen.
- × Neem uw medicatie zoveel mogelijk in met drank van de maaltijd.
- × Gebruik een schijfje citroen of een waterverstuiver om uw mond te bevochtigen. Ook pepermuntjes of een ijsblokje kunnen helpen.
- × Drink bij voorkeur gekoelde dranken (niet te zoet en niet te zout) met kleine

