

Casus Leefstijlcoaching na niertransplantatie

30 november 2020

Scholingsdag Leefstijl na niertransplantatie



beterschappen
Voeding en leefstijl voor nierpatiënten

Mevrouw de Jong

56 jarige vrouw, getrouwd (1 zoon, 1 dochter, uit huis), arbeidsongeschikt en Slecht ter been

Voorgeschiedenis:

Basislijden: ADPKD (Cystenieren), Hypercholesterolemie, Artrose, Diabetes (NODAT), Maagklachten, hypermobiel.

2012: NTX (donor partner)

Medicatie:

Cellcept tablet 500mg, 2x per dag 500 milligram	Afweer
Colecalciferol drank	Botstofwisseling
Prednisolon tablet 5 mg, 1x per dag 5 milligram	Afweer
Tacrolimus (prograft) capsule 1mg, 2x per dag 2 milligram	Afweer
Pantoprazol tablet msr 20mg, 1x per dag 20 milligram	Maag
Atorvastatine tablet 40mg, 1x per dag 40 milligram	Cholesterol

Lichamelijk onderzoek

Lengte 165 cm, Gewicht 86 kg (BMI: 31,6)

Mevrouw de Jong

Laboratorium

Bloed

eGFR	50 ml/min	
Kalium	4,0	(3,5-5,1)
Fosfaat	1,27	(0,90-1,50)
HbA1c	50,5	(20-42)
Cholesterol	7,23	(<5)
LDL-chol	3,38	(<2,6)
HDL-chol	1.48	(> 1)
Triglyceriden	3,31	(< 1,7)

24 uurs-urine

Natrium	158	(streef 100 mmol = 6 gram NaCl)
Eiwit:	0,27 gram	(< 0.15 gram)

Plan van aanpak?

Mevrouw geeft het volgende aan tijdens het intake gesprek:

- Heeft geen duidelijke hulpvraag
- Mevrouw is snel moe en is beperkt in haar bewegen
- Is gewend hard voor zichzelf te zijn en flink door te zetten, vaak heeft dit tot gevolg dat ze na starten met sporten/extra bewegen erg moe is en een dag op bed ligt. Ook ervaart zij dan veel pijnklachten
- Mevrouw heeft een brace voor haar knie (fietsen kan zij niet)
- Vraagt zich af of zij wel alle voedingsstoffen binnenkrijgt. Zegt te letten op voeding.

Plan van aanpak:

- Hulpvraag vaststellen
- Kleine stapjes/doelen afstemmen (wat wil zij met voeding/beweging)
- 1x per week wandelen met partner (heeft een arm nodig)
- Nederland in beweging
- Voeding bijhouden voor ca. 4 dagen → mevrouw wil ook graag afvallen.