een santeon ziekenhuis

Gebruik fosfaatbinders

Fosfaat en calcium (kalk) zijn mineralen die samen zorgen voor sterke botten en tanden. Ze komen voor in diverse voedingsmiddelen: fosfaat zit in alle eiwitrijke voedingsmiddelen; calcium zit vooral in melkproducten en kaas. Wanneer de nierfunctie daalt ontstaat er een probleem met het uitscheiden van fosfaat. Het fosfaat in het bloed zal daardoor stijgen.

Een hoog fosfaat leidt tot een lager calcium. Een lager calcium leidt tot een toegenomen productie van het bijschildklierhormoon (parathyreoïd hormoon, PTH). Een hoog PTH zorgt vervolgens weer voor botontkalking; PTH haalt namelijk calcium en fosfaat uit botten. Gevolg: het fosfaat wordt steeds hoger.

Meer over gebruik fosfaatbinders

Te veel fosfaat in het bloed kan op korte termijn jeuk en rode ogen veroorzaken. Op de lange termijn ontstaan botproblemen en calcificatie (neerslag van calcium/fosfaat in bijvoorbeeld gewrichten, longen, bloedvaten). Het is dus van belang teveel fosfaat in het bloed te voorkomen.

Fosfaat in voeding

Onderstaande eiwitrijke producten zijn rijk aan fosfaat:

- Zuivelproducten (melk, karnemelk, pap, vla, yoghurt, kwark en kaas)
- Eieren
- Vlees, vleeswaren, vis en vleesvervangers
- Noten en pinda's
- Peulvruchten
- Chocolade

Melkproducten en kaas bevatten naar verhouding meer fosfaat dan vlees en vis. Smeerkaas en korstloze kaas bevatten vanwege smeltzouten meer fosfaat dan gewone kaas.

Ook bewerkte producten met bepaalde toegevoegde E-nummers bevatten veel fosfaat; E101 (ii), E326 t/m E630, E1410, E1412 t/m E1414 en 1442. De verpakking moet de toegevoegde E-nummers of de stofnaam vermelden. Als een deel van de stofnaam het woord fosfaat bevat, gaat het om een fosfaatrijke toevoeging.

Let op! U heeft wel dagelijks eiwit nodig, dus minder eiwit eten dan uw dieetadvies is niet goed!

Gebruik fosfaatbinders

Een teveel aan fosfaat in het bloed wordt voorkomen door een beperking van eiwit in de voeding en/ of het gebruik van fosfaatbinders. Fosfaatbinders zijn medicijnen die het fosfaat uit de voeding in de darm binden. Gebonden fosfaat wordt niet opgenomen in het bloed en verlaat via de ontlasting het lichaam. Voor een juiste werking van fosfaatbinders is het belangrijk dat u de fosfaatbinders op het juiste moment inneemt. Zie hiervoor

onderstaand schema.

Wijze van gebruik van fosfaatbinders

Medicijn	Wijze van inname	Moment van inname
Calciumcarbonaat, tablet	Fijn kauwen, evt. verpulveren	15 minuten vóór het eten
Calciumcarbonaat, capsule	Heel doorslikken	15 minuten vóór het eten
Osvaren, tablet	Geheel doorslikken, evt. verpulveren	Tijdens het eten
Fosrenol, tablet	Fijn kauwen	Tijdens het eten
Fosrenol, poeder	Toevoegen aan het eten	Tijdens het eten
Renagel, tablet	Geheel doorslikken	Tijdens het eten
Renvela, tablet	Geheel doorslikken	Tijdens het eten
Renvela, poeder	Oplossen of toevoegen aan het eten	Tijdens het eten
Sevelamer, tablet	Geheel doorslikken	Tijdens het eten
Velphoro, tablet	Kauwen, breken, verpulveren of oplossen	Tijdens het eten

Tip

• Wanneer u niet eet, bijvoorbeeld door ziekte of omdat u een maaltijd overslaat, dan hoeft u géén fosfaatbinder in te nemen;
• Neem altijd fosfaatbinders mee als u van huis gaat;
• Voor patiënten die dialyseren geldt: neem ook een fosfaatbinder bij een eiwitrijke maaltijd of tussendoortje tijdens dialyse.

Normaalwaarden in het bloed

Bij chronische nierschade:

- Fosfaat: 0.7 mmol/L en ≤ 1.5 mmol/L
- Calcium: 2.10 – 2.55 mmol/L
- PTH: 2-7 pmol/L

Bij dialyse:

- Fosfaat: 0.7 – 1.78 mmol/l (liever nog ≤ 1.5 mmol/l)
- Calcium: 2.10 – 2.55 mmol/l
- PTH: 13.6 – 61.2 pmol/l

Gerelateerde informatie

Specialismen

- Interne Geneeskunde (https://www.antoniusziekenhuis.nl/interne-geneeskunde)
- Dialysecentrum (https://www.antoniusziekenhuis.nl/dialysecentrum)

Contact Dialysecentrum	T 088 320 59 00