

## Standaard controle

Verhaal geschreven op: 14-03-2016

Vandaag aan het eind van de dag, als laatste patiënt zelfs, had ik een afspraak in Ede; een van de reguliere 3 maandelijks bezoeken aan de internist/nefroloog. Nadat ik ging zitten en net een kopje koffie wilde gaan pakken (ik was toch op tijd, had nog ruim 15 minuten voordat mijn afspraak gepland stond) werd ik door de assistente geroepen en werd mijn bloeddruk en gewicht gemeten.

Omdat ik net aan kwam lopen vanaf de parkeergarage was mijn hartslag wat aan de hoge kant. 106 slagen per minuut. Mijn bloeddruk bleek ook weer wat aan de hoge kant: 155/86. De laatste keer (in Nijmegen was dat) was 't 140/58; zoals het zou moeten zijn dus; deze keer toch weer, ondanks de extra bloeddruk verlagende medicatie, weer wat aan de hoge kant.

Mijn gewicht blijft de laatste tijd gelukkig redelijk stabiel; 75 kilo met kleding aan.

Ik mocht weer gaan zitten in de wachtkamer en kon 'n kopje koffie pakken. Was ik ook wel aan toe; ik drink op mijn werk geen koffie meer. Ik krijg 't bocht wat ze daar koffie durven te noemen echt niet weg. Ik had nÃ©t mijn koffie op en ik werd, op tijd, door de arts geroepen.

Ik kreeg gelijk de bloeduitslagen te horen; kreatinine 196, MDRD is nu 33. Daar baalde ik wel van. Plus mijn nieren lekken nog steeds veel te veel eiwitten (1,7 gram/liter (was in Nijmegen begin februari nog 1,38 gram/liter)).

De arts gaf aan dat bij een 24 uurs meting de kreatinine/nierfunctie wel ietsje beter kan uitvallen. Heeft te maken met mijn bouw en meer spierbouw dan vet etc en uit 24 uurs urine is dan de klaring beter te bepalen dan via een paar druppels bloed. Schijnt. Ik hoop het in ieder geval; Een capaciteit van ongeveer 33 procent vind ik namelijk niet heel hoog....

Ook bleek dat mijn kalium wat aan de hoge kant was. 5,7 mmol/liter terwijl dat tussen de 3,5 en 4,7 mmol/liter hoort te zitten. Ik mag in ieder geval niet meer fruit eten dan dat ik nu doe en met koffie en spinazie moet ik dus ook wat oppassen; wel raar dus dat ik eigenlijk geen koffie meer drink op mijn werk, terwijl dat standaard zo'n kop of 10 per (werk) dag was, los van wat ik thuis dan nog dronk.

In ieder geval wil de arts nu zo snel mogelijk mijn bloeddruk nog verder naar beneden krijgen. Ik krijg dus nieuwe medicatie; [Hydrochloorthiazide](http://www.apotheek.nl/medicijnen/hydrochloorthiazide?product=hydrochloorthiazide "Hydrochloorthiazide") Oftewel een plastablet....

Als mijn bloeddruk laag genoeg is, zal mijn nier vermoedelijk beduidend minder eiwit lekken, maar zal vermoedelijk de kreatinine nog wat verder toenemen: dan is dat het volgende op de lijst; kijken waardoor mijn capaciteit achteruit gaat. Ik ben benieuwd.

Ik ben door de assistente, na overleg met de arts, nu in ieder geval aangemeld voor e-zorg; een website van het ziekenhuis waar ik dagelijks mijn bloeddruk kan invullen/opsturen, zodat ze een mooi overzicht hebben. Mijn [eigen systeempje](http://www.alsechniksmeerwerkt.nl/overzicht.php "Bloeddruk") was niet goed genoeg omdat dit niet in het systeem van de arts zit. Maar eerlijk is eerlijk; ik vind die van mij er mooier uit zien... :-)

Ik hoef, ondanks de in mijn ogen iets wat tegenvallende uitslagen, toch pas over 3 maanden terug te komen. Ik ben benieuwd hoe het dan met mijn bloedwaardes zit!