

PROTOCOL DEHYDRATIE

DOEL: Voorkomen van uitdroging van het lichaam bij mensen ouder dan 70 jaar, kinderen jonger dan 2 jaar en patiënten met medicatie

NEEM CONTACT OP MET DE HUISARTS BIJ TEKENEN VAN UITDROGING & ALARMSYMPTOMEN

TEKENEN VAN UITDROGING

- Niet of weinig plassen / donkere urine
- Droge mond en tong
- Hoofdpijn
- Verstopping
- Verwardheid/sufheid
- Verminderde elasticiteit huid
- Snelle hartslag
- Snelle ademhaling
- Diepliggende ogen
- Koude armen en benen
- Weinig/niet transpireren
- Lusteloosheid

ALARMSYMPTOMEN

- Te weinig drinken
- Langer dan 2 dagen koorts boven 38,5°
- Overgeven: > 3 keer per 24 uur
- Waterdunne diarree > 3 keer per dag
- Warm weer > 5 dagen van $\geq 27^\circ$

WEES EXTRA ALERT BIJ MEDICIJNGEBRUIK!

Lithium, Lanoxin en anti-epileptica en SADMAN (zie tabel)

S	SGTL2-remmers	bijv.	empagliflozine, canagliflozine dapagliflozine
A	ACE-remmers	bijv.	enalapril, lisinopril, perindopril, ramipril
D	DIURETICA	bijv.	hydrochloorthiazide, bumetanide, furosemide, spironolacton
M	METFORMINE		
A	ARBS	bijv.	losartan, valsartan
N	NSAIDS	bijv.	ibuprofen, Aleve®, naproxen, diclofenac, Nurofen®

VOEDINGSADVIEZEN

Voedingsadviezen bij acute diarree en braken:
kleine slokjes vocht met zout en suiker (limonade,
bouillon, ORS, vruchtensap)