

Hepatische Encephalopathie

De inhoud van deze folder komt uit de Patient Journey App. Daarom kan het zijn dat sommige verwijzingen in deze folder niet juist zijn omdat zij naar een mogelijkheid in de app verwijzen. Om de informatie zo goed mogelijk te kunnen bekijken is het downloaden van onze app via de app store of google play store aan te raden. Deze app is gratis. Doorloop de volgende stappen om de app in gebruik te nemen:



- 1 Zoek naar Patient Journey in de App Store / Google Play of scan de QR code.
- 2 Download de app
- 3 Accepteer de push notificaties
- 4 Zoek naar ETZ behandelwijzer
- 5 Selecteer de juiste behandeling en druk op 'Start'.

Welkom

Welkom

Welkom in de app van het ETZ. In deze app vindt u alle informatie over hepatische encephalopathie ten gevolge van levercirrose

Levercirrose

Levercirrose

De lever is van levensbelang. De lever kan door bijvoorbeeld een virus of alcohol beschadigd raken. De lever kan soms zelf de beschadigde cellen vervangen door nieuwe cellen. Dit proces verloopt meestal zonder problemen. Wanneer er te veel schade is en/of wanneer de beschadigingen een aantal jaren aanhouden, kunnen sommige van deze 'reparatiewerkzaamheden' littekens achterlaten. Het ontstaan van deze littekens heet 'levercirrose'.

Wanneer u de juiste voorzorgsmaatregelen neemt en uw leefstijl aanpast, kan de beschadigde lever meestal de belangrijkste functies blijven uitoefenen. Het kan daarom zijn dat patiënten jarenlang vrijwel niets merken van de leverbeschadiging.

Oorzaken

Levercirrose kan meerdere oorzaken hebben.

Meer informatie over: Oorzaken

Wanneer de leverziekte zich verder ontwikkelt, is er sprake van vergevorderde leverziekte. De

littekenvorming kan dan zo ernstig worden dat de lever zichzelf niet meer kan repareren en een deel van de leverfuncties verloren gaan. Vergevoerde leverziekte en levercirrose kunnen verschillende oorzaken hebben, waaronder:

- Langdurig overmatig alcoholgebruik,
- Een virus, zoals hepatitis B of C,
- Metabole ziekten, zoals Niet Alcoholisch Leververvetting (NAFLD) of Niet Alcoholische Steato Hepatitis (NASH)
- Andere aandoeningen, zoals auto-immuun hepatitis

Gevolgen

Één van de gevolgen van levercirrose is hepatische encefalopathie (HE).

Daarnaast zijn er nog meerdere gevolgen.

Meer informatie over: Gevolgen

Levercirrose kan leiden tot verschillende problemen, zoals Hepatische Encefalopathie (HE). Andere problemen zijn bijvoorbeeld geelzucht, ascites (vocht in de buik), variceale bloedingen (bloeding door gescheurde spataders in de slokdarm of maag) of een infectie door bacteriën van het buikvocht. In deze folder richten we ons op HE.

Hepatische Encefalopathie

Hoe ontstaat HE?

Wanneer een lever ernstig beschadigd is door levercirrose, is deze niet meer in staat om de schadelijke stoffen voldoende uit het bloed te halen. Één van die schadelijke stoffen is ammoniak. Ammoniak ontstaat in de darmen bij de verwerking van eiwitten. Het wordt daarna via de poortader naar de lever vervoerd. De gezonde lever breekt 90% van de aangevoerde ammoniak af, de afvalstoffen worden daarna voor een groot deel via de nieren uitgescheiden. Bij levercirrose gaat de doorbloeding van de lever echter steeds moeizamer. Er blijven stoffen achter in het bloed, waaronder ammoniak. Hierdoor krijgt ook het bloed dat door de hersenen stroomt een te hoog ammoniakgehalte. Dit tast de hersenfuncties aan en zo ontstaat HE. Patiënten worden verward, traag, hun persoonlijkheid verandert en ze kunnen bij ernstige HE zelfs in coma raken.

Welke klachten horen bij HE?

In het begin zijn er bijna geen klachten. De symptomen (uitingen) van HE zijn vaak heel subtiel en kunnen gemakkelijk worden gemist. Na verloop van tijd worden de symptomen duidelijker herkenbaar. Vroeg in het ziekteproces kunt u tot de ontdekking komen dat andere mensen uw symptomen misschien al eerder opmerkten dan uzelf. Periodes van HE kunnen in het begin mild zijn en daarna geleidelijk verergeren. Ze kunnen ook plotseling optreden. Wanneer u te maken krijgt met HE kunt u last hebben van enkele of meerdere symptomen tegelijk. De symptomen kunnen lichamelijk of geestelijk zijn, of een combinatie van beide. Ze kunnen per HE-episode verschillen. Bij HE kan een noodsituatie ontstaan. Het is daarom belangrijk een arts om advies te vragen, zodra de symptomen optreden. Wanneer de diagnose HE bij u al is gesteld en u het gevoel heeft dat uw aandoening verslechtert, moet u zo snel mogelijk medische hulp inschakelen. Zorg er ook voor dat uw verzorgers en familie weten waar ze bij u op moeten letten.

Milde HE-symptomen

· Slechte concentratie· Verandering in persoonlijkheid of gedrag (ergernissen, 'kort lontje', wisselend humeur: van extreem vrolijk naar neerslachtig en andersom)· Verwardheid of vergeetachtigheid· Moeite met het maken van kleine handbewegingen, zoals schrijven· Verwarring in dag-/nachtritme (overdag slapen en 's nachts wakker)

Matige tot ernstige HE-symptomen

· Desoriëntatie (moeite om mensen en dingen te herkennen, verwardheid, geen tijdsbesef, niet wat en waar je bent)· Duidelijke veranderingen in persoonlijkheid met soms ongeremd gedrag: woedeaanvallen, angst, onverstanebare of geen zinnige antwoorden geven· Vermoeidheid of slaperigheid· Angst of bezorgdheid· Onduidelijke, verwarde spraak· Ongecontroleerd beven van de vingers bij uitgestrekte handen · Trage bewegingen· Verminderd bewustzijn · Coma

Wat kan je zelf doen om HE te beperken?

Risico op HE verminderen

De beste manier om het risico op HE te beperken, is door te voorkomen dat uw leverziekte verergert. Het is belangrijk dat u actief meewerkt en goed samenwerkt met de mensen die u behandelen.· Probeer te sporten of in ieder geval voldoende beweging te krijgen

Meer informatie over: Risico op HE verminderen

- Probeer af te vallen en of een gezond gewicht te blijven als u overgewicht heeft
- Neem trouw de voorgeschreven dosering laxemiddel (Lactulose) in voor een goede stoelgang (2-3x per dag)
- Neem trouw uw overige voor HE voorgeschreven geneesmiddelen
- Drink geen alcohol. Let ook op 'verborgen' alcohol, zoals in bonbons
- Stop met roken· Neem geen recreatieve drugs
- Neem geen slaaptabletten en kalmeringsmiddelen
- Bespreek met uw arts of verpleegkundige welke geneesmiddelen uw gebruikt. Dit geldt ook voor alternatieve geneesmiddelen en voedingssupplementen
- Eet zeer regelmatig kleine maaltijden. Het is het beste als er nooit langer dan 4 uur tussen twee maaltijden zit
- Laat op de avond kunt u iets lichts eten
- Eet voldoende voedingsvezels (groenten, fruit, volkorenproducten)
- Neem voldoende eiwitten (bijvoorbeeld vis, zuivel, eieren, groenten en peulvruchten)

Informatie voor familie/verzorgers

Informatie voor familie/verzorgers

Het is erg belangrijk om informatie te delen met uw familie en vrienden, zodat ze weten hoe zij u het beste kunnen ondersteunen. Zorg dat uw naaste familieleden en vrienden bekend zijn met uw ziekte en dat zij weten welke invloed HE op u kan hebben.

Wanneer u en uw familie en vrienden weten op welke symptomen gelet moet worden, weet u

wanneer het nodig is om medische hulp in te schakelen.

Ook kunnen uw familie en vrienden helpen met praktische ondersteuning bij dagelijkse activiteiten, zoals boodschappen doen, het huishouden of de kinderen uit school halen. Praat met mensen om u heen over wat u nodig heeft en hoe zij kunnen helpen. Door met uw familie en vrienden over uw situatie te praten, zal er meer begrip komen voor eventuele verwardheid, vermoeidheid of veranderingen in uw persoonlijkheid. Naast de zorg voor uw lichamelijke gezondheid is het ook belangrijk dat u aandacht besteedt aan uw emotionele gezondheid. Maakt u zich zorgen? Praat over uw bezorgdheid en problemen. Dit kan ervoor zorgen dat familie en vrienden het beter gaan begrijpen en zich meer betrokken voelen. Bespreek uw bezorgdheid ook met uw arts. Deze kan bepalen wat u nodig heeft en professionele ondersteuning regelen.