Behandeling

Jeuk bij chronische nierschade, tips en adviezen

Jeuk is een prikkel die u doet krabben waar het kriebelt. De medische term voor jeuk is pruritus.

Bij mensen met ernstige nierschade (en dialyse), komt jeuk vaak voor. Jeuk kan uw leven en slaap flink beïnvloeden. Hieronder geven we u tips en adviezen.

Wat zijn de oorzaken van jeuk?

Jeuk kan door verschillende dingen komen:

- **Te veel afvalstoffen:**
  Door de nierschade of onvoldoende dialyse, hopen afvalstoffen zich op in het lichaam, vooral ureum. Ureum is een afvalstof in het bloed.
- **Te veel fosfaat:**
  Bij nierschade blijft er teveel fosfaat in het lichaam achter. Fosfaat is een mineraal dat goed is voor de botten en tanden. Dit fosfaat kan zich samen met calcium in de huid ophopen en jeuk veroorzaken.
- **Bloedarmoede:**

Bij chronische nierschade komt vaak bloedarmoede voor. Dit kan jeuk veroorzaken.

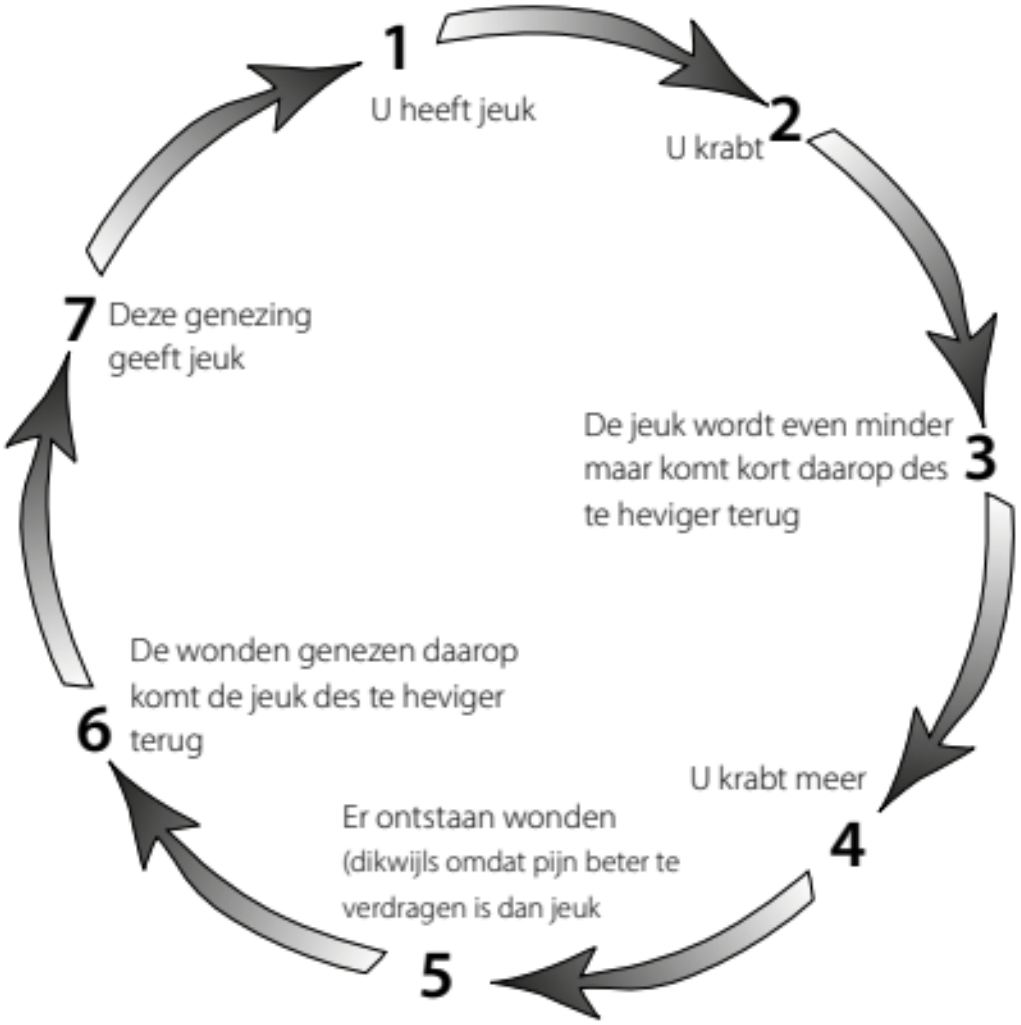
- **Een droge huid:**
  Nierschade maakt de huid droog en schilferig.
- **Vocht ophoping:**
  Als er te veel vocht in uw huid zit, kan dat strak aanvoelen en jeuk geven.
- **Spanning en stress:**
  Chronische ziekte kan spanning en stress geven, wat jeuk kan verergeren.
- **Medicijnen:**

Als u meer dan vier medicijnen per dag slikt, is de kans groter dat u jeuk krijgt door bijwerkingen.

Wat zijn de gevolgen van jeuk?

Jeuk kan uw dagelijks leven erg lastig maken. Krabben helpt soms even, maar te veel krabben beschadigt de huid. Daardoor wordt de jeuk vaak erger, en zo ontstaat een 'vicieuze cirkel' van jeuk en krabben. Jeuk is in de nacht vaak erger, waardoor u slechter slaapt en overdag meer vermoeid kan zijn. U kunt zich hierdoor onzeker, onrustig en gespannen gaan voelen. Daarnaast kan het vervelend zijn om steeds te moeten krabben waar anderen bij zijn.

Onderstaande afbeelding (UMC Utrecht, 2025) toont deze vicieuze cirkel.



Wat kunt u zelf doen tegen jeuk?

Er zijn dingen die u zelf kunt doen om jeuk te verminderen:

- Was of douche niet te vaak.
- Douche kort (1 tot 10 minuten) en gebruik lauw water. U kunt ook de ene dag douchen en de andere dag alleen wassen bij de kraan.
- Dep uw huid droog, wrijf niet.
- Gebruik geen zeep, maar een zeepvervanger zoals ongeparfumeerde badolie, babyolie of babyshampoo.
- Zorg dat de ruimte niet te droog en te warm is. Zorg voor goede ventilatie en zet eventueel bakjes water op de verwarming. Ook airconditioning kan jeuk erger maken.
- Koel uw huid.
- Houd uw nagels schoon, glad en kort om te voorkomen dat u over de huid krast.
- Draag ’s nachts dunne handschoenen om krassen te voorkomen.
- Smeer uw huid dagelijks in met een vette zalf zonder parfum. Doe dit twee keer per dag of vaker.
- Gebruik lanettecrème met menthol op de jeukende plekken.

Welke medische behandeling is mogelijk?

Als deze tips niet genoeg helpen, kan de arts andere behandelingen voorstellen:

- Betere dialyse: door de dialyse langer te maken of vaker te dialyseren, worden afvalstoffen beter uit het bloed gehaald, wat de jeuk kan verminderen.
- Fosfaat onder controle houden: via dieet en medicijnen kan het fosfaatgehalte in uw bloed normaal worden.
- Zalf: de arts kan een zalf voorschrijven zonder parfum, soms met een koelend effect. Dit helpt uw huid gezond te houden.
- Medicijnen: er zijn medicijnen tegen jeuk, maar die werken niet altijd even goed en kunnen bijwerkingen hebben.
- Dermatoloog: een dermatoloog (huidarts) kan verder kijken naar de oorzaak van uw jeuk. Deze arts kan andere zalven voorschrijven en soms wordt lichttherapie gebruikt.

Hulp bij jeuk

Iedereen ervaart jeuk anders. Het is belangrijk om te weten wat de gevolgen voor u zijn. Dit kan helpen om de juiste behandeling te kiezen.

Jeukdagboek

U kunt een dagboek bijhouden. Daarin beschrijft u:

- tijdstippen van jeuk;
- hoe hevig de jeuk is;
- gevolgen van de jeuk;
- mogelijke oorzaak van de optredende jeuk;
- wat u er tegen doet (maatregelen);
- of het helpt (effecten).

Bespreek dit dagboek met uw arts, verpleegkundig specialist of verpleegkundige. Samen kunnen we kijken of de behandeling voldoende helpt.

Selecteer iedere ochtend het getal dat uw meest ernstige jeuk in de voorafgaande 24-uur goed beschrijft. Geef met kruisje onder dag aan of het een dialysedag betrof

geen jeuk — vreselijke jeuk

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
zaterdag ☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
zondag ☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
maandag ☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
dinsdag ☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
woensdag ☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
donderdag ☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
vrijdag ☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Heeft u vragen?

Heeft u vragen over jeuk? Stel die dan aan uw arts, verpleegkundig specialist of verpleegkundige.

Meer informatie en bronnen

- Nieren.nl (https://www.nieren.nl/symptomen-en-onderzoek-bij-nierproblemen/symptomen-van-nierproblemen/jeuk-bij-nierschade)
- Huidziekten.nl (https://www.huidziekten.nl/folders/nederlands/jeuk-pruritus-prurigo.htm)
- Pragmatisch stappenplan voor behandeling jeuk bij dialysepatiënten, 2023 – MEDonline publisher (https://publicatie.nefro.nl/richtlijnen/pragmatisch-stappenplan-voor-behandeling-jeuk-bij-dialysepatienten-2023/) (van Hamersvelt, 2023)
- NVDV.nl (https://nvdv.nl/patienten/dermatologie/behandelingen/lichttherapie-uvb) (Nederlandse Vereniging voor Dermatologie en Venereologie, 2025)

- UMC Utrecht (https://www.umcutrecht.nl/nl/voorlichting/omgaan-met-jeuk/folder)(2025)

Betrokken afdelingen

Nefrologie, polikliniek (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/nefrologie-polikliniek)

Dialysecentrum (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/dialysecentrum)

Code INT-761

Copyright 2026 Jeroen Bosch Ziekenhuis