Behandeling

Voeding bij chronische nierschade

Bij chronische nierschade is een gezonde leefstijl erg belangrijk.

In het begin is meestal geen speciaal dieet nodig, gevarieerd en gezond eten is dan meestal voldoende. Wel is het extra belangrijk om minder zout te eten. Als de nierfunctie verder verminderd, krijgt u een persoonlijk voedingsadvies van de diëtist.

Als de nierfunctie verder verminderd, dan krijgt u een persoonlijk voedingsadvies van de diëtist. U volgt dan een dieet dat past bij uw situatie, de ernst van de nierschade en uw verdere behandeling. Naast advies over zout, kunt u ook advies krijgen over bijvoorbeeld eiwit, fosfaat (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/behandelingen/fosfaat-in-balans)en kalium (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/behandelingen/kaliumbeperkte-voeding-voedingsadviezen).

Minder zout

Voor mensen met nierschade is het belangrijk om minder zout te eten. Te veel zout kan de bloeddruk verhogen en dat is schadelijk voor de nieren. Ook werken bloeddrukverlagende medicijnen dan minder goed.

Bekijk hier het filmpje (https://youtu.be/BHE8DqZHPD4?rel=0)van de Nierstichting over zout.

Meer informatie en tips over het zoutbeperkt dieet

Voor meer informatie en tips over het zoutbeperkt dieet, kunt u de volgende websites bekijken:

Nierstichting

- Bewust met zout (https://nierstichting.nl/gezond-leven/minder-zout-lekker-gezond/bewust-met-zout).
- Check hoeveel zout jij eet met de Zoutmeter (https://nierstichting.nl/zoutmeter) of met de Eetmeter app. (https://mijn.voedingscentrum.nl/nl/eetmeter/)
- Zout en voeding. (https://nierstichting.nl/alles-over-nieren/voeding-dieet-je-nieren/zout-en-voeding)
- Feiten en fabels over zout (https://nierstichting.nl/gezond-leven/minder-zout-lekker-gezond/feiten-en-fabels-over-zout).
- Tips om minder zout te eten (https://nierstichting.nl/gezond-leven/minder-zout-lekker-gezond/tips-om-minder-zout-te-eten).

Voedingscentrum

- Hoe eet ik minder zout (https://www.voedingscentrum.nl/nl/service/vraag-en-antwoord/gezonde-voeding-en-voedingsstoffen/hoe-eet-ik-minder-zout.aspx).

Betrokken afdelingen

Diëtetiek (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/dietetiek)

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

Copyright 2026 Jeroen Bosch Ziekenhuis