

PRAAT EROVER!

Jeuk?

dagboek

Kijk voor
informatie en tips op
www.jeukpraaterover.nl

Dit Jeukdagboek is van:



VIFOR FRESENIUS MEDICAL CARE
RENAL PHARMA



CSL Vifor

WAT IS JEUK DOOR NIERZIEKTE?

Extreme jeuk is een vervelend probleem als je nierziekte hebt. Dit kan zorgen dat je veel gaat krabben. Door het krabben kan je huid kapot gaan, wat soms leidt tot bloeden of infecties.¹

Jeuk door nierziekte voelt voor iedereen anders. Bij sommigen is de jeuk er altijd, bij anderen komt het soms op. Dit kan overdag zijn of 's nachts.² De jeuk kan overal op het lichaam zijn, zoals het gezicht, de rug of de arm waar je dialyse krijgt. Dingen zoals heel warm of koud weer, stress, sporten en douchen kunnen de jeuk erger maken.³

*Een patiënt met jeuk door nierziekte zegt:
"Het jeukt zo erg dat ik krab tot ik geen huid meer over heb."⁶*

Jeuk door nierziekte is veel meer dan 'een beetje jeuk' en wordt in verband gebracht met verschillende gezondheidsproblemen.^{2,4,5} Het is belangrijk om erover te praten met een zorgverlener en met je omgeving om zo meer grip te krijgen en een mogelijke oplossing te vinden.

De medische term voor jeuk door nierziekte is 'met chronische nierziekte geassocieerde pruritus'.³

WAAROM EEN JEUKDAGBOEK GEBRUIKEN?

Heb je last van jeuk? Praat erover!

Jeuk door nierziekte is veel meer dan 'een beetje jeuk'. Het kan je dagelijks leven flink beïnvloeden.

Omdat iedere patiënt jeuk anders ervaart, is het belangrijk om je klachten goed in kaart te brengen. Misschien heb je altijd jeuk, of alleen overdag of 's nachts. Soms jeukt je hele lichaam, of juist alleen een specifieke plek, zoals je arm. Ook kunnen er verschillende triggers zijn, zoals stress of sport, die je jeuk verergeren.

Om jeuk goed te kunnen meten en begrijpen, is het jeukdagboek ontwikkeld. Met dit dagboek kun je elke dag bijhouden hoe en waar je jeuk hebt.

Dit helpt jou en je arts om je jeuk beter te begrijpen, zodat je arts verder onderzoek kan doen en de juiste behandeling voor je kan kiezen.

HOE GEBRUIK JE HET JEUKDAGBOEK?

Het jeukdagboek is een handig hulpmiddel om je klachten nauwkeurig bij te houden.

Gedurende 4 weken noteer je dagelijks:

- Wanneer je jeuk hebt.
- Hoe erg de jeuk is (gebruik hiervoor de schaal van 0 tot 10, waarbij 0 geen jeuk betekent en 10 de ergst mogelijke jeuk is).
- Welk soort jeuk je voelt.
- Waar je de jeuk hebt.

Door deze gegevens te verzamelen, krijg je een goed overzicht van je jeukklachten. Dit helpt niet alleen jou, maar ook je arts om beter te begrijpen hoe de jeuk je leven beïnvloedt. Laat het jeukdagboek aan je arts zien tijdens je volgende afspraak. Je kunt je klachten ook vergelijken met die van andere patiënten en je jeuk indelen als mild, matig of ernstig. Je bent niet alleen met dit probleem.

Als jeuk door nierziekte je leven lastig maakt, is de eerste stap erover te praten. Begin het gesprek, dat kan al helpen om de juiste steun en behandeling te vinden.

Jeuk? Praat erover!

BELANGRIJKE VRAGEN

BELANGRIJKE VRAGEN DIE JE JEZELF MOET STELLEN VOORDAT JE MET JE ARTS PRAAT:

Voordat je in gesprek gaat met je arts, is het belangrijk om jezelf een paar vragen te stellen. Dit helpt je om beter voorbereid te zijn op je consult.

Je kunt de vragen in de vakjes beantwoorden in je dagboek. Neem het dagboek mee naar je volgende afspraak. Zo wordt je gesprek met de arts een stuk makkelijker en effectiever!

Wanneer is de jeuk begonnen?

.....

.....

Op welke delen van mijn lichaam heb ik jeuk?

.....

.....

.....

.....

.....

Is mijn jeuk de afgelopen weken/maanden beter of slechter geworden?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Laat het jeukdagboek zien aan je arts en/of je dialyseverpleegkundige en praat met hen over je jeuk.

Kijk voor informatie en tips op www.jeukpraaterover.nl

WEEK 01

HOE WAS UW JEUK DE AFGELOPEN 24 UUR?

WEEK 01

Kruis het juiste vakje op de schaal aan.

Jeuk intensiteit - 24 uur Worst-Itch Numerical Rating Scale (WI-NRS) ⁷⁻⁹

0 = geen jeuk 10 = ergste jeuk

Datum: _____



Geen jeuk Mild Matig Ernstig

Datum: _____



Geen jeuk Mild Matig Ernstig

Datum: _____



Geen jeuk Mild Matig Ernstig

Datum: _____



Geen jeuk Mild Matig Ernstig

Datum: _____



Geen jeuk Mild Matig Ernstig

Datum: _____



Geen jeuk Mild Matig Ernstig

Datum: _____



Geen jeuk Mild Matig Ernstig

WEEK 01

WEEKOVERZICHT | HOE BEÏNVLOEDT DE JEUK JE LEVENSKWALITEIT?

WEEK 01

Kruis de punten aan die van toepassing zijn, als je terugdenkt aan de afgelopen week. Meerdere opties zijn mogelijk.¹⁰

Hoe voelt de jeuk?

- | | | |
|---|--------------------------------------|-------------------------------------|
| ☐ Oppervlakkig | ☐ Brandend | ☐ Elektrisch |
| ☐ Stekend en prikkend | ☐ Speldenprikjes | ☐ Onder de huid |
| ☐ Tintelend | ☐ Koud | ☐ Bijtend |
| ☐ Pijnlijk | ☐ Warm | ☐ Anders: |

Kenmerken van jeuk:

- | | | |
|-------------------------------------|---------------------------------|-------------------------------|
| ☐ Huidschilfers | ☐ Ontstoken | ☐ Bloedig |
| ☐ Droge huid | ☐ Rood | ☐ Anders: |
| ☐ Wondjes | ☐ Eczeem | |

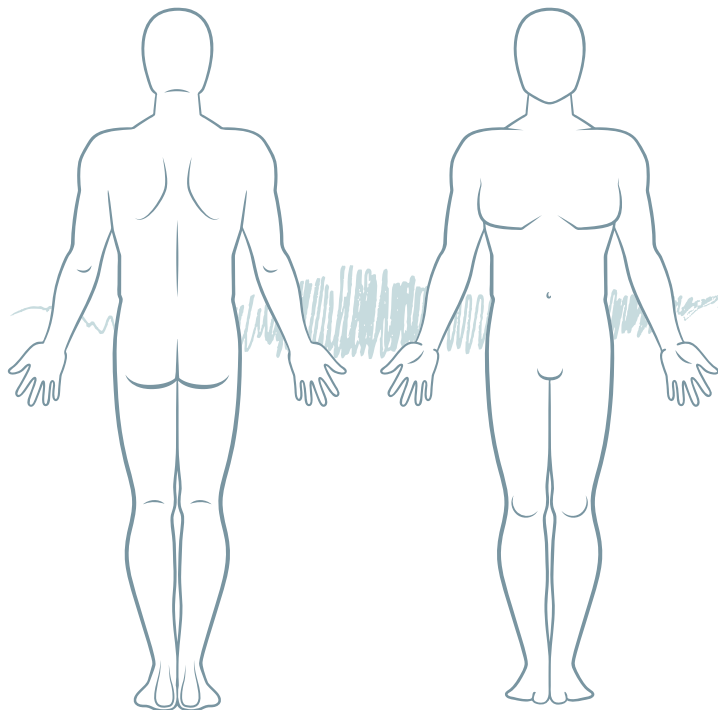
Heeft de jeuk invloed op bijv.

- | | |
|--|---|
| ☐ Je slaap | ☐ Je vrije tijdsbesteding |
| ☐ Je werk | ☐ Je stemming |
| ☐ Je sociale leven | ☐ Andere factoren: |

WAAR HEB JE JEUK GEHAD?

WEEK 01

Markeer de aangedane lichaamsdelen:



WEEK 02

HOE WAS UW JEUK DE AFGELOPEN 24 UUR?

WEEK 02

Kruis het juiste vakje op de schaal aan.

Jeuk intensiteit - 24 uur Worst-Itch Numerical Rating Scale (WI-NRS) ⁷⁻⁹

0 = geen jeuk 10 = ergste jeuk

Datum: _____



Geen jeuk Mild Matig Ernstig

Datum: _____



Geen jeuk Mild Matig Ernstig

Datum: _____



Geen jeuk Mild Matig Ernstig

Datum: _____



Geen jeuk Mild Matig Ernstig

Datum: _____



Geen jeuk Mild Matig Ernstig

Datum: _____



Geen jeuk Mild Matig Ernstig

Datum: _____



Geen jeuk Mild Matig Ernstig

WEEK 02

WEEKOVERZICHT | HOE BEÏNVLOEDT DE JEUK JE LEVENSKWALITEIT?

WEEK 02

Kruis de punten aan die van toepassing zijn, als je terugdenkt aan de afgelopen week. Meerdere opties zijn mogelijk.¹⁰

Hoe voelt de jeuk?

- | | | |
|---|--------------------------------------|-------------------------------------|
| ☐ Oppervlakkig | ☐ Brandend | ☐ Elektrisch |
| ☐ Stekend en prikkend | ☐ Speldenprikjes | ☐ Onder de huid |
| ☐ Tintelend | ☐ Koud | ☐ Bijtend |
| ☐ Pijnlijk | ☐ Warm | ☐ Anders: |

Kenmerken van jeuk:

- | | | |
|-------------------------------------|---------------------------------|-------------------------------|
| ☐ Huidschilfers | ☐ Ontstoken | ☐ Bloedig |
| ☐ Droge huid | ☐ Rood | ☐ Anders: |
| ☐ Wondjes | ☐ Eczeem | |

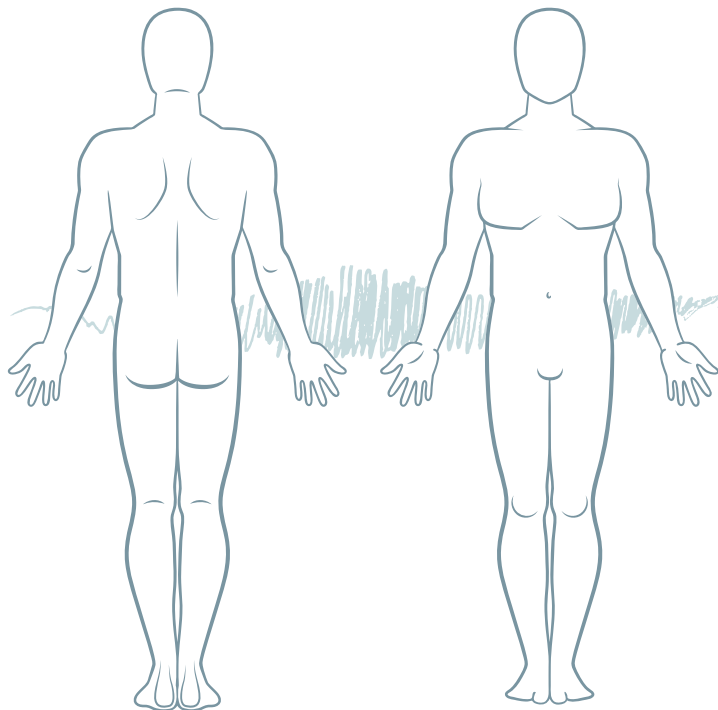
Heeft de jeuk invloed op bijv.

- | | |
|--|---|
| ☐ Je slaap | ☐ Je vrije tijdsbesteding |
| ☐ Je werk | ☐ Je stemming |
| ☐ Je sociale leven | ☐ Andere factoren: |

WAAR HEB JE JEUK GEHAD?

WEEK 02

Markeer de aangedane lichaamsdelen:



WEEK 03

HOE WAS UW JEUK DE AFGELOPEN 24 UUR?

WEEK 03

Kruis het juiste vakje op de schaal aan.

Jeuk intensiteit - 24 uur Worst-Itch Numerical Rating Scale (WI-NRS) ⁷⁻⁹

0 = geen jeuk 10 = ergste jeuk

Datum: _____



Geen jeuk Mild Matig Ernstig

Datum: _____



Geen jeuk Mild Matig Ernstig

Datum: _____



Geen jeuk Mild Matig Ernstig

Datum: _____



Geen jeuk Mild Matig Ernstig

Datum: _____



Geen jeuk Mild Matig Ernstig

Datum: _____



Geen jeuk Mild Matig Ernstig

Datum: _____



Geen jeuk Mild Matig Ernstig

WEEK 03

WEEKOVERZICHT | HOE BEÏNVLOEDT DE JEUK JE LEVENSKWALITEIT?

WEEK 03

Kruis de punten aan die van toepassing zijn, als je terugdenkt aan de afgelopen week. Meerdere opties zijn mogelijk.¹⁰

Hoe voelt de jeuk?

- | | | |
|---|--------------------------------------|-------------------------------------|
| ☐ Oppervlakkig | ☐ Brandend | ☐ Elektrisch |
| ☐ Stekend en prikkend | ☐ Speldenprikjes | ☐ Onder de huid |
| ☐ Tintelend | ☐ Koud | ☐ Bijtend |
| ☐ Pijnlijk | ☐ Warm | ☐ Anders: |

Kenmerken van jeuk:

- | | | |
|-------------------------------------|---------------------------------|-------------------------------|
| ☐ Huidschilfers | ☐ Ontstoken | ☐ Bloedig |
| ☐ Droge huid | ☐ Rood | ☐ Anders: |
| ☐ Wondjes | ☐ Eczeem | |

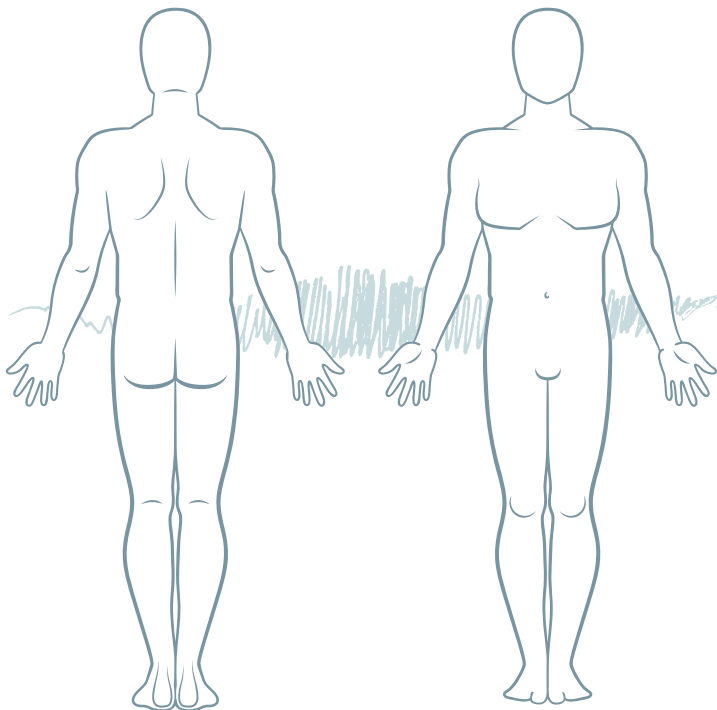
Heeft de jeuk invloed op bijv.

- | | |
|--|---|
| ☐ Je slaap | ☐ Je vrije tijdsbesteding |
| ☐ Je werk | ☐ Je stemming |
| ☐ Je sociale leven | ☐ Andere factoren: |

WAAR HEB JE JEUK GEHAD?

WEEK 03

Markeer de aangedane lichaamsdelen:



WEEK 04

HOE WAS UW JEUK DE AFGELOPEN 24 UUR?

WEEK 04

Kruis het juiste vakje op de schaal aan.

Jeuk intensiteit - 24 uur Worst-Itch Numerical Rating Scale (WI-NRS) ⁷⁻⁹

0 = geen jeuk 10 = ergste jeuk

Datum: _____



Geen jeuk Mild Matig Ernstig

Datum: _____



Geen jeuk Mild Matig Ernstig

Datum: _____



Geen jeuk Mild Matig Ernstig

Datum: _____



Geen jeuk Mild Matig Ernstig

Datum: _____



Geen jeuk Mild Matig Ernstig

Datum: _____



Geen jeuk Mild Matig Ernstig

Datum: _____



Geen jeuk Mild Matig Ernstig

WEEK 04

WEEKOVERZICHT | HOE BEÏNVLOEDT DE JEUK JE LEVENSKWALITEIT?

WEEK 04

Kruis de punten aan die van toepassing zijn, als je terugdenkt aan de afgelopen week. Meerdere opties zijn mogelijk.¹⁰

Hoe voelt de jeuk?

- | | | |
|---|--------------------------------------|-------------------------------------|
| ☐ Oppervlakkig | ☐ Brandend | ☐ Elektrisch |
| ☐ Stekend en prikkend | ☐ Speldenprikjes | ☐ Onder de huid |
| ☐ Tintelend | ☐ Koud | ☐ Bijtend |
| ☐ Pijnlijk | ☐ Warm | ☐ Anders: |

Kenmerken van jeuk:

- | | | |
|-------------------------------------|---------------------------------|-------------------------------|
| ☐ Huidschilfers | ☐ Ontstoken | ☐ Bloedig |
| ☐ Droge huid | ☐ Rood | ☐ Anders: |
| ☐ Wondjes | ☐ Eczeem | |

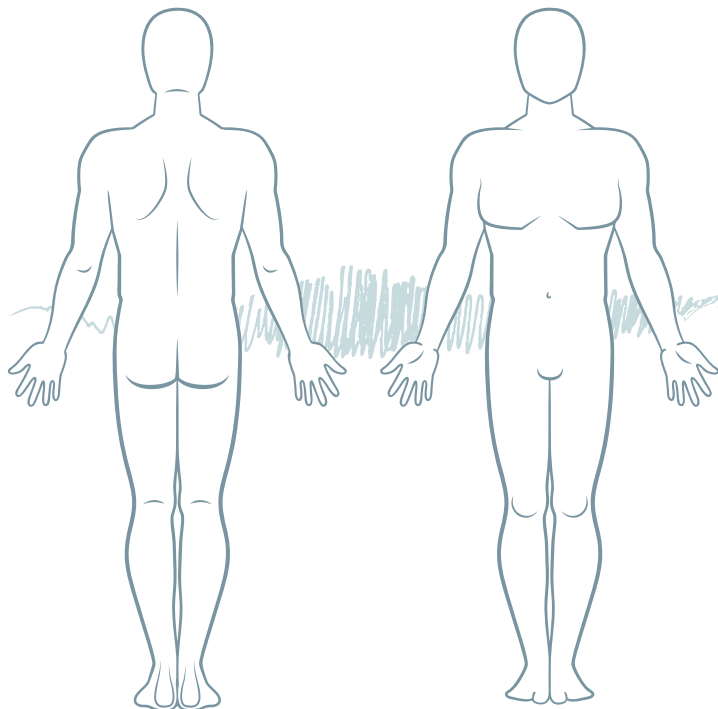
Heeft de jeuk invloed op bijv.

- | | |
|--|---|
| ☐ Je slaap | ☐ Je vrije tijdsbesteding |
| ☐ Je werk | ☐ Je stemming |
| ☐ Je sociale leven | ☐ Andere factoren: |

WAAR HEB JE JEUK GEHAD?

WEEK 04

Markeer de aangedane lichaamsdelen:



Referenties

1. BMJ Best Practice. Assessment of pruritus. 2018. Beschikbaar op: <https://bestpractice.bmj.com/topics/en-gb/612>. Laatst geraadpleegd in augustus 2024.
2. Rayner H, et al. International Comparisons of Prevalence, Awareness, and Treatment of Pruritus in People on Hemodialysis. *Clin J Am Soc Nephrol*. 2017;12:2000-2007.
3. Verdusco HA, et al. CKD-Associated Pruritus: New Insights Into Diagnosis, Pathogenesis, and Management. *Kidney Int Rep*. 2020;5(9):1387-1402.
4. Pisoni R, et al. Pruritus in haemodialysis patients: International results from the Dialysis Outcomes and Practice Patterns Study (DOPPS). *Nephrol Dial Transplant*. 2006;21:3495-3505.
5. Van der Willik EM, et al. Itching in dialysis patients: impact on health-related quality of life and interactions with sleep problems and psychological symptoms-results from the RENINE/PROMs registry. *NDT* 2022;37(9)1731-41..
6. EKPf. Living with chronic kidney disease associated pruritus. 2021. Beschikbaar op: <https://ekpf.eu/wp-content/uploads/2021/11/prurito.pdf>. Laatst geraadpleegd in augustus 2024.
7. Storck M, et al. J. Pruritus Intensity Scales across Europe: a prospective validation study. *Eur Acad Dermatol Venereol*. 2021; 35(5): 1176-1185.
8. Phan NC, et al. Assessment of pruritus intensity: prospective study on validity and reliability of the visual analogue scale, numerical rating scale and verbal rating scale in 471 patients with chronic pruritus. *Acta Derm Venereol*. 2012; 92: 502-7.
9. Verweyen E, et al. Validation of a Comprehensive Set of Pruritus Assessment Instruments: The Chronic Pruritus Tools Questionnaire PRURITOOLS. *Acta Derm Venereol*. 2019; 99: 657-66.
10. Mathur VS, et al. A longitudinal study of uremic pruritus in hemodialysis patients *Clin J Am Soc Nephrol*. 2010; 5: 1410-19.

Vifor Pharma Nederland B.V.
Westbroek 43, 4822 ZX Breda,
Nederland
www.jeukpraaterover.nl

NL-NA-2400040 aug 2024