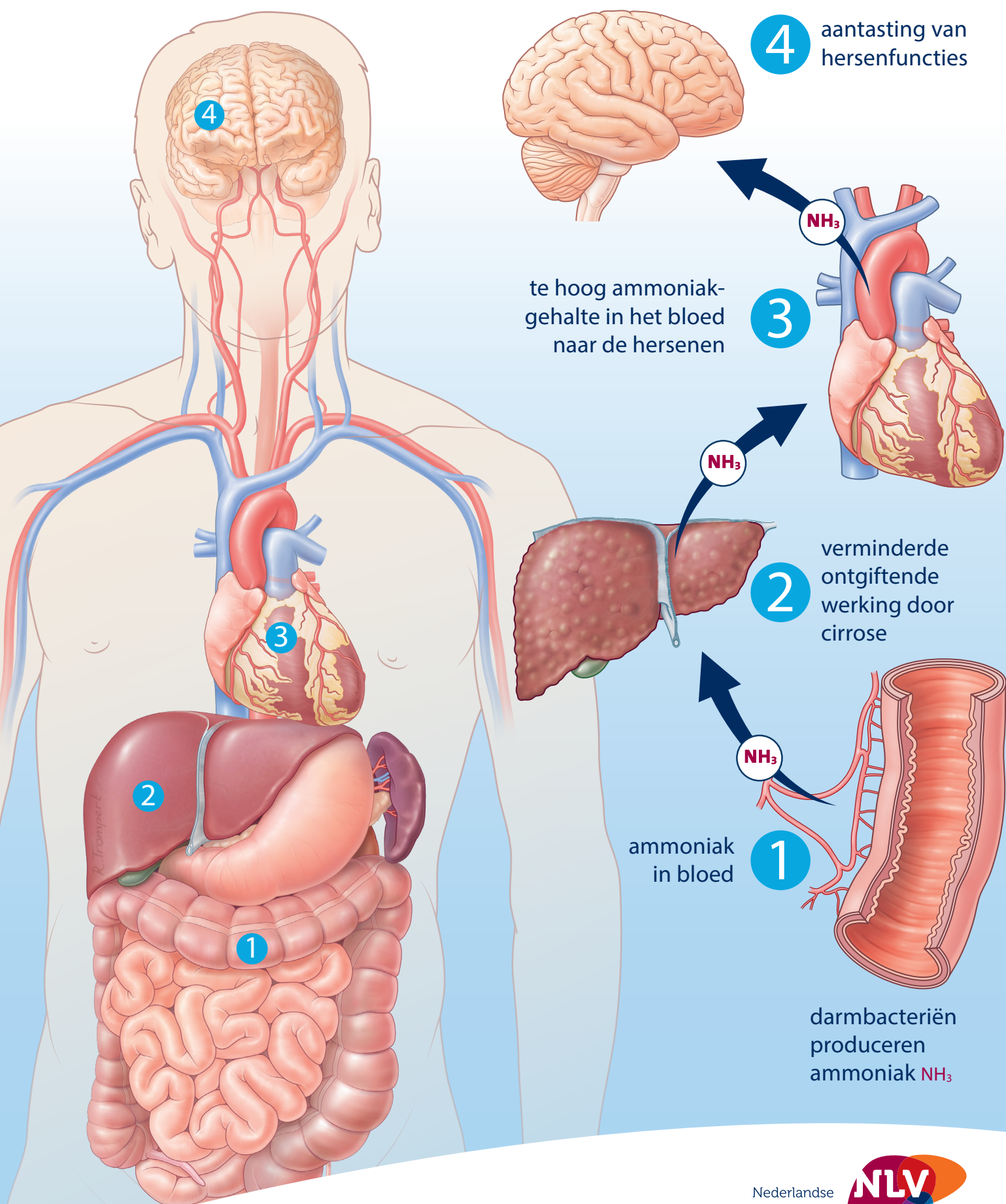


Hepatische Encefalopathie (HE)



Leefstijladviezen

- Probeer actief te blijven
- Zorg voor een goede stoelgang (2-3 keer per dag) door de voorgeschreven dosering laxeermiddel (lactulose) trouw in te nemen
- Vermijd alcohol, wees hierbij ook alert op 'verborgen' alcohol zoals in bijvoorbeeld bonbons
- Vermijd roken
- Bespreek uw geneesmiddelengebruik altijd met uw arts of verpleegkundige, dit geldt ook voor alternatieve geneesmiddelen en voedingssupplementen
- Eet zeer regelmatig kleine maaltijden (reken op 30-40 Kcal/kg lichaamsgewicht per 24 uur)
- Laat tussen twee maaltijden nooit langer dan 5 à 6 uur zitten
- Eet iets lichter later op de avond
- Neem voldoende vezels; te vinden in groenten, fruit en volkorenproducten
- Neem voldoende eiwitten; zo'n 1,2 tot 1,5 g/kg lichaamsgewicht

Belangrijk!

Het is verstandig om hulp te zoeken wanneer u en/of uw naasten merken dat bij u één of meerdere van onderstaande symptomen zichtbaar worden:

- Problemen bij het werken of dagelijkse activiteiten
- Ernstige buikpijn, met of zonder diarree
- Obstipatie (verstopping van de darmen)
- Rode, zwarte of teerachtige ontlasting
- Buik lijkt groter dan normaal of is opgezwollen
- Opgezwollen benen
- Koorts of ernstige rillingen en u niet kunt stoppen met trillen
- Overgeven met bloed
- Verwarring
- Begin van geelzucht (aandoening waarbij uw oogwit en huid geel worden)

Aantekeningen:

Gradaties van hepatische encefalopathie

Hepatische encefalopathie wordt gedefinieerd en gediagnosticeerd aan de hand van de 'West Haven criteria' op een schaal van 1 tot 4 waarbij de hogere scores wijzen op een ernstiger functieverlies:

Graad 1

- Concentratiestoornissen
- Ergernissen (kort lontje)
- Vergeetachtigheid
- Verwarring in dag-/nachtritme (overdag slapen en 's nachts wakker)
- Veranderd humeur (van euforie naar neerslachtig en andersom)
- 'Flapping tremor' (beven van de vingers bij uitgestrekte handen)

Graad 2

- Grote inspanning nodig om opdrachten uit te voeren
- Problemen met slaap-waak ritme
- Soms gedesoriënteerd (moeite om mensen en dingen te herkennen, verwardheid, geen tijdsbesef)
- Ongenuanceerd gedrag
- 'Flapping tremor'

Graad 3

- Diep slapen, wakker gemaakt worden kan nog wel
- Gedesoriënteerd in tijd en ruimte
- Verergering van het ongenueanceerd gedrag (woedeaanvallen, angst, onverstaanbare of geen zinnige antwoorden)
- Verergering 'flapping tremor'

Graad 4 (coma)

- Wakker maken lukt niet meer
- Geen respons
- Bewusteloosheid
- Geen contact mogelijk