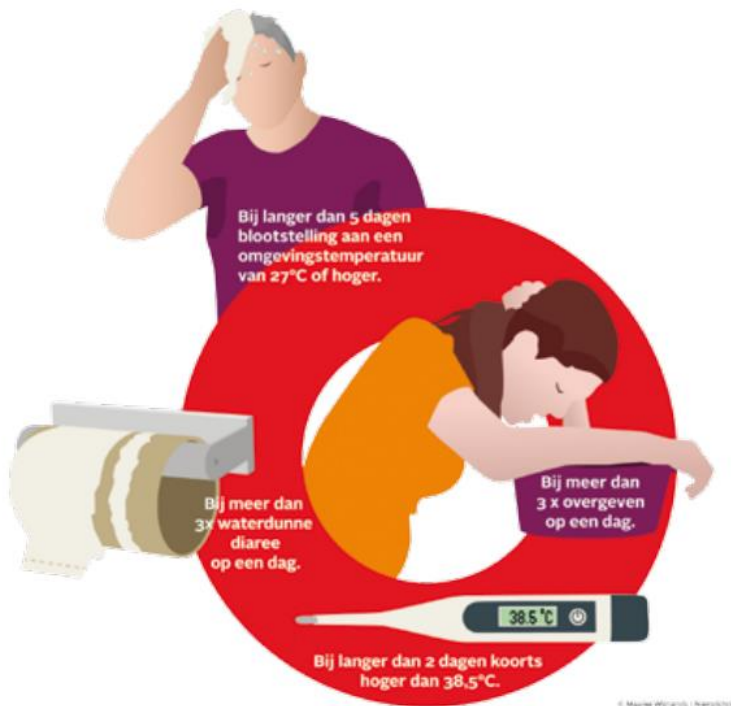


## UITDROGING EN MEDICIJNEN, PAS OP!

### Uitdroging merkt u aan de volgende klachten en symptomen:

- u plast minder en de urine heeft een donkere kleur
- u hebt veel dorst
- u wordt duizelig, misselijk, moe, slap, suf of verward. Ook kunt u flauwvallen.



### Wanneer is er kans op uitdroging?

Bij aanhoudende hitte: 4 dagen >27 °C

Bij diarree: u hebt meer dan 3 keer per dag waterdunne diarree

Bij braken: u moet meer dan 3 keer per dag overgeven

Bij koorts: uw temperatuur is meer dan 2 dagen boven de 38,5 graden Celsius

### Sommige mensen zijn gevoeliger voor uitdroging. Het gaat om mensen met

- nierschade
- hartfalen
- diabetes mellitus
- hoge bloeddruk
- vergeetachtigheid (voelen geen dorst en vergeten te drinken)

### Sommige medicijnen geven meer kans op uitdroging

- plaspillen
- sommige medicijnen tegen hoge bloeddruk (bloeddrukpillen die eindigen op -pril)
- laxeermiddelen
- SGLT2-remmers bij diabetes
- Lithium
- sommige medicijnen bij M. Parkinson

### Medicijngebruik aanpassen?

Als u klachten of symptomen krijgt van uitdroging, overleg met de huisarts, apotheker of praktijkverpleegkundige.

### Geen risico op uitdroging meer?

Als de hitte, de diarree, het braken of de koorts weer over zijn: neem dan alle medicijnen weer normaal in. Medicijnen zijn belangrijk voor u!