

NIEUWSBRIEF

Deze brief ontvangt u van ons omdat u een levertransplantatie heeft ondergaan of omdat u op de wachtlijst staat voor een levertransplantatie.

Calcium/Vitamine D

Zoals u wellicht al heeft gehoord wordt vanaf 1 januari 2023 de Calcium en Vitamine D, en de combinatie Calcium/Vitamine D niet meer vergoed door alle Nederlandse zorgverzekeraars. Wij hebben dit nagevraagd en er worden geen uitzonderingen op deze regel gemaakt, ook niet wanneer het voorgeschreven wordt door een medisch specialist. Dit betekent dat u deze medicatie per 1 januari 2023 zelf zal moeten betalen. De reden is dat de overheid wil bezuinigen op medicijnkosten; dit betekent niet dat de medicijnen niet goed of niet belangrijk zijn. Ook de medische richtlijnen zijn niet veranderd. Blijf dus uw medicijnen gebruiken en bespreek het met uw arts of apotheker als u hier toch vragen over heeft. Wij zullen met u op de polikliniek kijken of de Calcium en Vitamine D nog noodzakelijk is voor u. Indien dat niet het geval is zullen we de Calcium en Vitamine D stoppen.

Indien u het wel echt nodig heeft, is het een optie de medicatie bij de drogist te halen in plaats van de apotheek. De prijs voor deze middelen is bij een drogist aanzienlijk goedkoper dan bij de apotheek. Wij adviseren u hierbij goed op de dosering te letten. Doseringen komen vaak niet overeen in eenheden dan wel hoeveelheden van middelen bij de drogist. Onze standaard is 800 eenheden Vitamine D en 1000 mg Calcium per dag.

U kunt de informatie ook terugvinden op Rijksoverheid.nl. Zie onderstaande link:

[Wordt vitamine D vergoed door mijn zorgverzekering? | Rijksoverheid.nl](#)

Waarom is vitamine D belangrijk?

Vitamine D speelt een rol bij de opname van calcium en fosfaat in uw lichaam. Dit is nodig voor het behoud van sterke botten en een sterk gebit. Ook draagt vitamine D bij aan een normale spierfunctie en ondersteunt het uw immuunsysteem.

Voor levertransplantatie patiënten wordt standaard 800 EH vitamine D per dag aangeraden. Dit is een hogere dosering dan landelijk wordt geadviseerd. Voor verdere informatie m.b.t. de voeding verwijzen wij naar onderstaande link van het Voedingscentrum:

[Vitamine D | Voedingscentrum](#)

Waarom is Calcium belangrijk?

Calcium is eveneens van belang voor het behoud van sterke botten en een sterk gebit. Uit niet-calciumrijke voedingsmiddelen – zoals brood, vlees en aardappelen – neemt u gemiddeld ongeveer 200 mg calcium per dag op. Dit betekent dat u daarnaast nog 900 à 1000 mg calcium per dag uit calciumrijke voedingsmiddelen moet binnenkrijgen om aan de dagelijks aanbevolen hoeveelheid te komen. Per dag zijn 3 à 4 porties voldoende. U kunt hierbij denken aan (karne)melk, yoghurt, vla en kaas. Mocht u op deze manier voldoende calcium binnenkrijgen, dan heeft u mogelijk geen calcium in tabletvorm meer nodig. Dit kunt u in dat geval bespreken met uw behandelend arts/verpleegkundig specialist.

Calciumbehoefte is sterk afhankelijk van de leeftijd en geslacht en de eventuele aanwezigheid van botontkalking. De richtlijnen staan in onderstaande link van het Voedingscentrum. De arts gaat samen met u kijken of u nog extra calcium nodig heeft.

[Calcium | Voedingscentrum](#)

Contactgegevens

U kunt ons telefonisch bereiken op het telefonisch spreekuur **iedere werkdag tussen 9.00 – 10.30 uur, telefoonnummer 010 - 703 42 61.**

Spoedgevallen tijdens kantooruren: **06-42 77 32 22**

Spoedgevallen buiten kantooruren en in het weekend: **010 – 704 07 04 (dienstdoende hepatoloog)**

Daarnaast kunt u ons bereiken via de mail op LTX@erasmusmc.nl

Namens het levertransplantatieteam,

Dr. C. den Hoed, MDL arts

en

Lara Elshove en Anna van den Burg