

Milde acute alvleesklierontsteking

Deze folder geeft u informatie over een milde acute ontsteking van de alvleesklier: het beloop, de behandeling en herstel. Het is goed u te realiseren dat het verloop per persoon kan verschillen.

Ligging en functie van de alvleesklier

De alvleesklier (het pancreas) is een orgaan dat dwars in de buik ligt achter en onder de maag. In de alvleesklier worden:

- Hormonen aangemaakt die aan het bloed worden afgegeven. Zoals insuline, dat een belangrijke rol speelt bij het reguleren van het bloedsuikergehalte in het bloed.
- Alvleesklier sappen aangemaakt die belangrijk zijn bij de spijsvertering. Deze worden aan de darmen afgegeven. De enzymen in de sappen worden in de darm actief en dienen om het voedsel te verteren.

Acute pancreatitis

Als de alvleesklier ontstoken raakt, noemen we dat pancreatitis. Bij pancreatitis worden de enzymen al binnenin de alvleesklier actief, terwijl ze normaal pas in de darmen moeten gaan werken. Hierdoor beschadigt het weefsel van de alvleesklier. Als dit snel en plotseling gebeurt is er sprake van acute pancreatitis. De ontsteking kan ook milder zijn en zich bij herhaling voordoen. We spreken dan van chronische pancreatitis, waarop in deze folder niet verder wordt in gegaan.

Oorzaken

De belangrijkste oorzaken van pancreatitis zijn:

- Verstopping van de afvoergang van de alvleesklier door galstenen (40-50%)
- Overmatig alcoholgebruik (30-40%)
- Onbekende oorzaak, dit wordt idiopathisch genoemd (10-20%)
- Andere oorzaken, zoals oa. na een ERCPonderzoek of medicatie

Klachten

Bij acute pancreatitis staan meestal klachten van hevige buikpijn en ziek zijn op de voorgrond. Na een maaltijd nemen de klachten vaak toe. De volgende klachten komen vaak voor:

- Buikpijn. Deze pijn kan hevig zijn en uitstralen naar uw linkerzij of schouder. Ook rugpijn is vaak aanwezig, de alvleesklier ligt immers achter in de buik.
- Verhoging van uw temperatuur (onder 38,5 °C)
- Een snelle ademhaling
- Misselijkheid, braken en/of weinig eetlust.
- Soms een opgeblazen gevoel, verstopping (obstipatie) of juist diarree.

Milde acute pancreatitis

U heeft een milde acute ontsteking van alvleesklier. Dit betekent dat uw alvleesklier tijdelijk ontstoken is, maar dat er geen ernstige complicaties zijn opgetreden tijdens de opname. De meeste mensen (80%) hebben deze milde vorm en herstellen vaak volledig binnen enkele dagen tot weken.

Behandeling en herstel bij een milde pancreatitis

- Opname: de opname in het ziekenhuis is vaak kort. U krijgt vocht via een infuus en zo nodig medicatie tegen pijn of misselijkheid.
- Operatie: als de pancreatitis het gevolg is van galstenen wordt de galblaas meestal verwijderd door een operatie tijdens de opname of kort na ontslag.
- Medicatie: u krijgt alleen medicijnen na ontslag als dat nodig is, bijvoorbeeld tegen de pijn
- Eten en drinken: u mag eten en drinken zodra u zich daartoe in staat voelt. Begin met kleine porties en bouw dit rustig op. Er is geen speciaal dieet nodig. Eet gevarieerd en vermijd voorlopig alcohol. Als alcohol de oorzaak was, is het belangrijk geen alcohol meer te drinken, omdat dat het risico op een nieuwe ontsteking vergroot. Zo nodig kan extra begeleiding hierbij worden aangeboden.
- Beweging: Probeer, zodra het kan, weer in beweging te komen. Dit bevordert het herstel.
- U kunt zich nog enkele weken moe voelen, bouw uw activiteiten rustig op.

Thuismonitoring

Onderzoek laat zien dat patiënten met een milde alvleesklierontsteking na een korte opname (ongeveer één dag) veilig naar huis kunnen en thuis goed herstellen met begeleiding op afstand. Het Amphia ziekenhuis onderzoekt deze manier van zorg. Na uw korte opname:

- ontvangt u gedurende vier dagen een digitale vragenlijst;
- worden uw antwoorden dagelijks bekeken door een team van verpleegkundigen en artsen;
- krijgt u contact met een zorgverlener als daar een reden voor is (bijvoorbeeld bij toename van klachten).

Complicaties

In een deel van de mensen (ongeveer 2 op de 10) verloopt de pancreatitis ernstiger. Vaak wordt in het begin van de ziekte al duidelijk of er een kans is op een ernstig beloop, maar complicaties kunnen ook later optreden. Bij een ernstiger beloop kan een deel van de alvleesklier afsterven. Dit noemen we 'necrose'. Dan zijn soms antibiotica of andere aanvullende behandelingen nodig. Ook kan de alvleesklier later opnieuw ontstoken raken.

Contact

Neemt contact op met uw afdeling van het ziekenhuis in de volgende situaties: ·

- Als u zich zorgen maakt over uw situatie ·
- Bij een plotse ernstige toename van de buik- of rugpijn ·
- Bij koorts ($> 38,5^{\circ}\text{C}$) of een hele lage temperatuur ($< 36^{\circ}\text{C}$) ·
- Bij een gele huidskleur, 'cola kleurige' urine of grijze 'stopverf' ontlasting ·
- Ernstige zwakte, duizeligheid of verwardheid
- Twijfelt u? Neem dan liever contact op.

Tot slot

De vooruitzichten bij een milde acute alvleesklierontsteking zijn over het algemeen goed. De meeste mensen herstellen volledig. Heeft u vragen of twijfels? Neem gerust contact op met uw arts of verpleegkundige