

Intensive Care

Sepsis (bloedvergiftiging)

Contactgegevens Alrijne Ziekenhuis

Alrijne Ziekenhuis Leiden
Houtlaan 55
2334 CK Leiden
071 517 8178

Alrijne Ziekenhuis Leiderdorp
Simon Smitweg 1
2353 GA Leiderdorp
071 582 8282

Alrijne Ziekenhuis Alphen aan den Rijn
Meteoorlaan 4
2401 WC Alphen aan den Rijn
0172 467 467

In deze folder staat informatie over sepsis. We noemen dit ook wel bloedvergiftiging.

Wat is sepsis?

Wat is de oorzaak van sepsis?

Sepsis is een levensbedreigende situatie. Deze kan ontstaan als ons lichaam heel heftig reageert op een ontsteking.

Normaal bestrijdt ons afweer-systeem infecties. Maar soms valt ons afweer-systeem onze eigen organen en weefsels aan. Hoe dat komt, is niet bekend.

Sepsis kan ontstaan door ontstekingen van de longen of in de buik. Maar het kan ook ontstaan door een wondje, griep of een urinekatheter.

Wat gebeurt er bij sepsis?

Sepsis is dus een heel heftige reactie van het lichaam op een ontsteking. Ieder orgaan kan erbij betrokken raken.

Wat er dan gebeurt:

- de bloeddruk daalt,
- de ademhaling en de hartslag gaan sneller,
- de hersenen werken minder goed,
- het bloed stolt minder goed.

Het lichaam lijdt door de ontstekingen en door het tekort aan zuurstof. Als hier niets aan gedaan wordt, vullen de longen zich met vocht en gaan organen steeds minder goed werken.

Waarom merk je dat je sepsis hebt?

Eerst lijkt sepsis op een (buik)griep of een verkoudheid (luchtweginfectie).

De klachten bij volwassenen, kinderen en ouderen kunnen heel verschillend zijn. Ouderen hebben soms ook geen last van bijvoorbeeld koorts, maar worden snel steeds zieker.

Sepsis is altijd een noodsituatie die meteen in het ziekenhuis moet worden behandeld.

Heeft u of een naaste een infectie of denkt u dat u een infectie heeft? En zijn er een of meer van de volgende verschijnselen:

- praten met dubbele tong;
- heel erge rillingen, spierpijn/koorts;
- een dag niet kunnen plassen;
- snel en moeilijk ademen;
- heel ziek voelen;
- stippen, vlekjes of een bleke huid?

Bel dan meteen de huisarts of 112.

Wat gebeurt er in het ziekenhuis?

Een sepsis hebben kan voor de patiënt en zijn naasten heel eng zijn. Vooral als je nog nooit van sepsis hebt gehoord en je plotseling zo ziek wordt.

Een spoedopname in het ziekenhuis kan dan ook heel heftig zijn voor de patiënt en zijn naasten.

Wat gebeurt er in het ziekenhuis?

- Een opname op de Intensive Care (IC). Veel patiënten met sepsis worden opgenomen op de Intensive Care. Hier worden hun vitale functies goed in de gaten gehouden. En organen die niet goed meer werken, worden geholpen. Vitale functies zijn bijvoorbeeld de bloeddruk, ademhaling, temperatuur en hartslag.
Als een opname op de IC niet nodig is, wordt de patiënt behandeld op de gewone verpleegafdeling.
- Behandeling van sepsis: er zijn geen speciale medicijnen tegen sepsis. De behandeling bestaat uit:
 - het geven van antibiotica via een infuus,
 - het geven van vocht.
- Septische shock: dit is de ergste vorm van sepsis. Veel patiënten die dit hebben, worden tijdelijk in slaap gebracht. En ze worden beademd met een machine. Zij krijgen dan een beademingsbuisje in de keel (tube).
- Wat is de oorzaak van de sepsis: de oorzaak van de infectie moet worden gevonden en behandeld. Dit kan bijvoorbeeld een operatie zijn om een drain in een abces te leggen.
- Ziekenhuisopname: de totale opname-periode in het ziekenhuis kan een paar dagen zijn, maar ook een aantal maanden.

Na de sepsis

Sepsis heeft invloed op het hele lichaam. Dus het hele lichaam moet herstellen.

De meeste patiënten die een sepsis overleven, zullen helemaal herstellen. Maar het kan ook zijn dat het maanden tot jaren duurt voordat de patiënt is hersteld.

En er kunnen restklachten zijn waar de patiënt soms pas jaren later last van krijgt. Dit noemen we het Post-Sepsis Syndroom.

Mentale problemen

Door sepsis kunnen de hersenen en het zenuwstelsel beschadigen. Deze schade is meestal niet te zien op een MRI. Maar er zijn wel klachten:

- vermoeidheid en weinig energie;
- minder concentratie;
- de reactiesnelheid is minder;
- problemen met dingen tegelijk doen;
- moeite om ergens de aandacht bij te houden;
- geheugenproblemen;
- je kunt 'minder hebben'.

Andere klachten die voorkomen:

- problemen met praten en zien;
- problemen met je evenwicht, duizeligheid;
- hoofdpijn;

- coördinatieproblemen, problemen met bewegen;
- langdurige zenuwpijnen, of gevoelloosheid door zenuwschade, bijvoorbeeld in de handen of voeten;
- slaapproblemen.

Patiënten kunnen dan worden verwezen naar een neuroloog of een neuropsycholoog voor een onderzoek of behandeling.

Lichamelijke problemen

Door de sepsis kan de patiënt ook last krijgen van lichamelijke problemen, bijvoorbeeld:

- problemen met lopen;
- problemen met slikken en eten;
- zwakke spieren met verlamming of ademhalingsproblemen;
- pijnlijke en stijve gewrichten;
- amputatie van een ledemaat.

Psychische problemen

Na de sepsis en de opname op de IC kunnen patiënten last hebben van:

- post-traumatische stress symptomen;
- flashbacks of nachtmerries;
- angst;
- depressieve gevoelens.

Dit kunnen tijdelijke problemen zijn. De klachten kunnen worden behandeld en worden dan minder.

Sociale problemen

Het leven na sepsis kan anders zijn dan daarvoor. Dat kan veel invloed hebben op je dagelijks leven. Daardoor moet je je leven aanpassen.

- Je kunt bijvoorbeeld tijdelijk afhankelijk zijn van hulp van familieleden, vrienden of zorgprofessionals.
- En de relatie met partners en vrienden kunnen eronder lijden dat je je niet goed voelt, ook al lig je niet meer in het ziekenhuis.
- Het kan zijn dat je niet meer kunt werken.
- Ook kun je emotioneler zijn dan voor de sepsis. Dat kan best een tijd duren.

Heb je langere tijd last van klachten? Ga dan bij de huisarts langs.

Psychische problemen kunnen worden behandeld door een psychotherapeut.

Na de opname op de IC kun je last hebben van geheugenverlies; je weet dan niet meer wat er op de IC is gebeurd. Als je familie tijdens je opname op de IC een dagboek heeft bijgehouden, kun je lezen wat er met je is gebeurd op de IC.

Het kan zijn dat mensen om je heen de klachten die je hebt na een sepsis niet begrijpen. Dat kan vervelend en stressvol zijn. Dan kan het fijn zijn om erover te praten met andere mensen die sepsis hebben gehad.

Herstellen na sepsis

Voor mensen die sepsis hebben gehad:

- Als je sepsis hebt gehad, heb je rust nodig. Je moet op krachten komen en je krachten weer opbouwen. Maar als je je uitgeput blijft voelen, kan er meer aan de hand zijn. Om zeker te weten dat belangrijke organen normaal functioneren, kan het dan goed zijn om de huisarts te vragen een lichamelijk onderzoek te doen.
- Een dieet en genoeg lichaamsbeweging kunnen helpen om je energie en krachten weer op te bouwen.
- Lichaamsbeweging kan ook helpen om weer meer energie te krijgen. Begin bijvoorbeeld met korte wandelingen en bouw dit langzaam op.
- Vind je het lastig om je ergens op te concentreren? Of ben je nog snel overprikkeld of voel je je niet op je gemak? Doe dan rustig aan. Misschien helpt het om mindfulness te doen of vind je het fijn om naar muziek te luisteren. En zeg nee als je nog niet toe bent aan bepaalde dingen.
- Vertel aan vrienden en familie hoe ze je kunnen helpen bij je herstel. En vertel wat je wel en niet kunt. Herstel in je eigen tempo. Zo kunnen zij daar rekening mee houden.

Gezin, familie en vrienden

Het is heel heftig om te zien en mee te maken wat er tijdens een sepsis met uw naaste gebeurt. Dit had ook veel invloed op uw dagelijks leven.

Het is heel fijn dat uw naaste weer thuiskomt. Maar houd er rekening mee dat zijn/haar herstel langer kan duren dan is verwacht. Ook kan het zijn dat hij/zij last houdt van restverschijnselen.

Kinderen

Voor kinderen kan het moeilijk zijn om te merken dat de zieke moet herstellen. En dat hij/zij nog last kan hebben van de ziekte. Houd hier rekening mee en help ze om dit te accepteren.

Echtgenoot en partners

Het kan zijn dat hun echtgenoot/partner anders reageert dan voor zijn/haar ziekte. Praat met elkaar over dingen die anders of moeilijker zijn binnen de relatie. Volgt als dat nodig is revalidatie-therapie.

Vrienden en familieleden

Voor hen kan het moeilijk zijn om te zien dat iemand die een sepsis overleefde niet altijd meer hetzelfde kan doen als voorheen. Wees hierover niet teleurgesteld, maar bied hulp aan en houd rekening met diens herstel.

Contact

Afdeling Intensive Care, Alrijne Leiderdorp, telefoonnummer: 071 582 8090.

Op de website IC-Connect staat veel informatie. Dit is de organisatie voor IC-patiënten en hun familie. Het kan u helpen tijdens de IC-periode maar ook daarna.

Informatie vindt u op www.alrijne.nl/intensive-care en op www.icconnect.nl