

Milde acute ontsteking van de alvleesklier

U leest hierna meer informatie over een milde acute ontsteking van de alvleesklier. Er staat uitleg over de oorzaak, de klachten, de behandeling en het herstel. Ook vindt u uitleg over zorg thuis na uw opname.

- **Vetgedrukte woorden** worden uitgelegd onderaan deze tekst.

Ligging en functie van de alvleesklier

De alvleesklier ligt dwars in uw buik achter en onder de maag.

Dit orgaan maakt 2 dingen aan

- Hormonen, zoals **insuline**, die zorgen voor het regelen van de hoeveelheid suiker in uw bloed.
- **Alvleeskliersappen**, die helpen bij het verteren van uw eten. De sappen komen in uw darmen terecht en zorgen ervoor dat uw lichaam voedsel kan verwerken.

Acute pancreatitis

Is uw **alvleesklier** ontstoken? Dan heet dat **pancreatitis**. Bij deze ziekte gaan de enzymen al werken in de **alvleesklier** zelf in plaats van in de darmen. Hierdoor raakt het orgaan beschadigd. Soms gebeurt dit opeens en snel. Dat heet acute **pancreatitis**. Soms komt de ontsteking vaker terug; dat heet chronische **pancreatitis**.

Deze tekst gaat alleen over de acute, milde vorm.

Oorzaken van pancreatitis

De belangrijkste oorzaken van een ontsteking van de **alvleesklier** zijn

- verstopping door **galstenen** in de gang van de **alvleesklier**
- te veel alcohol drinken
- geen duidelijke oorzaak; de dokter vindt niet waarom u **pancreatitis** heeft
- andere oorzaken, zoals na een onderzoek in het ziekenhuis (**ERCP**) of door medicijnen.

Klachten bij acute pancreatitis

De meeste mensen krijgen last van hevige pijn in de buik en voelen zich ziek. Vaak worden de klachten meer na het eten. Ook na uw ontslag uit het ziekenhuis kunt u klachten houden, zoals

- buikpijn
 - soms straalt deze pijn uit naar uw linkerzij, schouder of rug.
- verhoging van uw temperatuur (minder dan 38,5 °C)
- sneller ademen
- misselijk zijn, overgeven of weinig zin om te eten
- soms een opgeblazen gevoel, verstopping of juist diarree.

Een milde acute pancreatitis

U heeft een milde acute ontsteking. Dit betekent dat de **alvleesklier** tijdelijk ontstoken is, maar u heeft geen ernstige problemen gehad tijdens uw opname. De meeste mensen (8 van de 10) hebben deze mildere vorm en worden helemaal beter in enkele dagen tot weken.

Behandeling en herstel

De behandeling bestaat uit verschillende stappen. De opname in het ziekenhuis is meestal kort.

U krijgt:

- vocht via een infuus
- medicatie tegen pijn of misselijkheid, als dat nodig is
- soms is een operatie nodig om de **galblaas** te verwijderen als de oorzaak **galstenen** zijn.

Medicatie na ontslag

U krijgt medicatie na ontslag alleen als dat nodig is, bijvoorbeeld tegen pijn.

Eten en drinken

U mag eten en drinken zodra u zich daar goed genoeg voor voelt.

Let daarbij op het volgende

- begin met kleine porties en bouw dit langzaam op.
- er is geen speciaal dieet nodig
- eet gevarieerd
- drink voorlopig geen alcohol
 - als alcohol de oorzaak was, stop dan helemaal. Alcohol vergroot de kans op een nieuwe ontsteking.
 - Als het nodig is, kan extra begeleiding met stoppen met alcohol worden aangeboden.

Beweging

Probeer weer in beweging te komen zodra het kan. Bewegen helpt bij uw herstel. U kunt zich nog enkele weken moe voelen; bouw uw activiteiten rustig op.

Wat is 'Ziekenhuis Thuis'?

'Ziekenhuis Thuis' betekent dat u ziekenhuishulp krijgt in uw eigen huis.

- U hoeft niet in het ziekenhuis te blijven.
- Het team van het ziekenhuis kijkt en helpt op afstand.
- U houdt contact met ons via telefoon of beeldbellen.
- Uw gezondheid wordt thuis gecontroleerd door vragenlijsten of metingen.

Het doel is dat u veilig herstelt in uw eigen vertrouwde omgeving.

Hoe werkt 'Ziekenhuis Thuis' bij pancreatitis?

Na een kort verblijf in het ziekenhuis (ongeveer 1 dag), krijgt u begeleiding thuis.

Dit gebeurt zo:

- U vult 4 dagen lang een digitale vragenlijst in.
- Het team van verpleegkundigen en artsen kijkt elke dag naar uw antwoorden.
- U wordt gebeld als er reden voor contact is
 - bijvoorbeeld als uw klachten erger worden.

Afspraken thuismonitoring

Tijdens thuismonitoring vragen wij u

- elke dag vóór 11 uur een korte vragenlijst in te vullen
 - dit kan op uw telefoon, laptop of computer
 - in de vragenlijst vragen wij naar uw klachten en of u goed kunt eten.
- u vult de lijst 4 dagen in, startend op de eerste ochtend na ontslag
- u bent bereikbaar als wij u bellen
- u neemt zelf contact op met ons bij alarmsymptomen (zie hieronder).

Complicaties bij pancreatitis

Soms verloopt **pancreatitis** ernstiger. Dit gebeurt bij ongeveer 2 van de 10 mensen. Vaak is al snel duidelijk of er een kans is op een ernstige vorm, maar problemen kunnen ook later komen. Soms sterft een deel van de **alvleesklier** af (**necrose**). Dan zijn vaak extra behandelingen nodig, zoals **antibiotica**. Ook kan het zijn dat u opnieuw een ontsteking krijgt.

Wanneer contact opnemen?

Neem contact op met uw afdeling van het ziekenhuis in deze situaties

- u maakt zich zorgen over uw gezondheid
- u krijgt opeens meer pijn in uw buik of rug
- u heeft koorts (meer dan 38,5 °C) of een heel lage temperatuur (lager dan 36 °C)
- u krijgt een gele huid, donkere plas of grijze ontlasting
- u voelt zich heel zwak, duizelig of in de war.

Telefoonnummers afdelingen MDL/Chirurgie

Afdeling 2C	020 444 21 20
Afdeling 6B	020 444 22 60
Afdeling 6C	020 444 21 60
Acute opname afdeling (AOA)	020 444 61 00

Slot

De vooruitzichten bij een milde acute alvleesklierontsteking zijn goed. De meeste mensen worden weer helemaal beter. Heeft u vragen of twijfels? Neem gerust contact op met uw arts of verpleegkundige.

Uitleg vetgedrukte woorden

1. **Alvleesklier** - orgaan in uw buik dat hormonen en spijsverteringssappen maakt.
2. **Insuline** - een hormoon dat zorgt dat uw bloed minder suiker bevat.
3. **Alvleeskliersappen** - stoffen die helpen met het verteren van eten in uw darmen.
4. **Pancreatitis** - ontsteking van de alvleesklier.
5. **Galstenen** - kleine steentjes in de galblaas die een verstopping kunnen veroorzaken.
6. **ERCP** - een onderzoek waarbij een arts in de gal- en alvleeskliergang kijkt.
7. **Necrose** - afsterven van een deel van de alvleesklier.
8. **Antibiotica** - medicijnen tegen infectie door bacteriën.