

Plan bij hitte, diarree of koorts

Voorkom uitdroging

Wanneer is dit plan van toepassing



Hitte

Meer dan 4 dagen
temperatuur overdag
boven de 27 graden



Diarree

Meer dan 6 keer
waterdunne diarree in 1
dag óf diarree en koorts



Koorts

Meer dan 2 dagen
lichaamstemperatuur
boven 38°C

Wat te doen bij hitte, diarree of koorts



Drink voldoende (2 liter water per dag)

Wat nog meer te doen bij hitte



Houd uzelf koel (blijf in de schaduw, beweeg niet actief in de middag)



Bescherm u tegen de zon (draag een pet/hoed, gebruik zonnebrand)



Houd uw woning koel (bijvoorbeeld met zonwering of ventilator)

Bij welke patiënten van toepassing

- Patiënten vanaf 70 jaar
- Patiënten met nierschade (eGFR <60), hartfalen of DM type 2
- Bij gebruik van onderstaande medicamenten

Wanneer belt u de huisarts

U heeft één of meer van de volgende symptomen:

Erge hoofdpijn, een droge mond, langer dan 8 uur niet geplast,
u bent in de war, heeft het gevoel flauw te vallen of voelt zich suf.

Voor uitgebreidere informatie ga naar thuisarts.nl

Medicijnen aanpassen

SGLT2-remmer	Dapagliflozine, empagliflozine, ...	Stop
SU-derivaten	Gliclazide, glimepiride, tolbutamide, ...	Stop
ACE-remmers	Enalapril, lisinopril, fosinopril, ...	Halveer
Diuretica	HCT, furosemide, bumetanide, spironolacton, chloortalidon, ...	Stop
Metformine	Metformine	Stop
ARB's	Candesartan, losartan, valsartan, ...	Halveer
NSAID's	Ibuprofen, naproxen, diclofenac, ...	Stop

Herstarten van de medicijnen

Na 24 uur zonder hitte, diarree of koorts begint u weer met uw medicijnen zoals u gewend bent.

U neemt **geen** extra medicijnen om de gemiste dagen in te halen.

Wanneer belt u de huisarts

U heeft één of meer van de volgende symptomen:

Erge hoofdpijn, een droge mond, langer dan 8 uur niet geplast, u bent in de war, heeft het gevoel flauw te vallen of voelt zich suf.

Voor uitgebreidere informatie ga naar thuisarts.nl