

A microscopic view of red blood cells and spiky bacteria, likely representing sepsis. The red blood cells are small, oval-shaped, and scattered throughout the field. The bacteria are larger, spherical, and have many thin, hair-like appendages extending from their surface. The background is dark, making the red elements stand out.

# Sepsis herkennen is levens redden

**D**e meeste Nederlanders weten niet wat sepsis is, maar toch is sepsis de belangrijkste doodsoorzaak op IC-afdelingen. Meer kennis over sepsis en de symptomen daarvan zou het grote aantal mensen dat overlijdt aan sepsis kunnen verminderen. In het alledaagse spraakgebruik is ‘sepsis’ hetzelfde als ‘bloedvergiftiging’. Die op het eerste gezicht begrijpelijke omschrijving is echter verwarrend en geeft een onjuist beeld van wat sepsis nu precies is.

Sepsis is een hevige reactie van het immuunsysteem die eigenlijk is bedoeld om een virus, een bacterie, een schimmel of een parasiet uit te schakelen, maar uit de hand loopt. Het afweersysteem veroorzaakt zoveel schade dat organen als de longen, het hart, de lever en de nieren niet meer goed functioneren. Wereldwijd sterven er op deze planeet elk jaar 11 miljoen als

gevolg van sepsis.<sup>1</sup> Dat is meer dan de bevolking van een land als Cuba. De cijfers zijn het meest schrikbarend in Afrikaanse en Aziatische landen, maar ook in een welvarend land als Nederland eist sepsis levens. Volgens de statistieken overlijden er in ons land officieel elk jaar een slordige vierduizend mensen door sepsis.

Dat betekent dat sepsis dodelijker is dan borstkanker. Aan borstkanker overlijden jaarlijks ongeveer drieduizend mensen. Het werkelijke aantal overlijdensgevallen door sepsis ligt nog hoger dan blijkt uit de statistieken. Dat komt in omdat artsen het geval van een patiënt die in het ziekenhuis overlijdt aan sepsis door bijvoorbeeld een longontsteking vaak niet registreren als een sterfgeval door sepsis, maar als een sterfgeval door longontsteking. In een recent verschenen wetenschappelijke publicatie schatten Nederlandse internisten dat het werkelijke aantal sepsisdoden tussen de 8000 en 11000 per jaar ligt.<sup>2</sup>

## MOEILIK TE HERKENNEN

Dat aantal zou een stuk lager kunnen zijn als patiënten, zorgwerkers, hulpverleners en ook

artsen sepsis eerder zouden herkennen. Bij sepsis telt letterlijk elk uur. Na het ontstaan van een serieuze sepsis hebben veel patiënten gedurende 12 uur kans op overleving. Binnen die tijd moet de behandeling met bijvoorbeeld antibiotica, zuurstof en het toedienen van vocht beginnen. Elk uur dat die behandeling uitblijft, vermindert de kans op overleving met bijna 8 procent.

Ook bij hartinfarcten en beroertes is het bijtijds herkennen van de symptomen voor patiënten van levensbelang. Bij hartinfarcten en beroertes gebeurt dat gelukkig ook steeds vaker, maar bij sepsis is het nog niet zover. Dat komt vooral omdat de symptomen van sepsis verraderlijk veel lijken op die van een zware griep. Zelfs voor huisartsen en medische specialisten is het herkennen van sepsis geen sinecure.

<b>Griep</b>	<b>Sepsis</b>
Koorts. Lichaamstemperatuur kan binnen 12 uur oplopen tot 39 graden en 3-5 dagen aanhouden.	Koorts. Lichaamstemperatuur kan oplopen tot meer dan 38 graden. Temperatuur kan bij sepsis ook te laag zijn en zakken tot onder de 36 graden.
Vermoeidheid, lamlendigheid, sufheid.	Vermoeidheid, lamlendigheid, sufheid.
Duizeligheid.	Duizeligheid.
Spierpijn.	Spierpijn.
Zwakke, niet in staat om op eigen benen te staan.	Zwakke, niet in staat om op eigen benen te staan.

<b>Griep</b>	<b>Sepsis</b>
Grieperig gevoel, rillerig.	Grieperig gevoel, rillerig.
Hoofdpijn.	Hoofdpijn. Symptoom hersenvliesontsteking.
Moeite hebben met ademen, hoesten.	Moeite hebben met ademen. Vaker moeten ademen. <b>Dit is een alarmsignaal.</b>
	Verward zijn. Moeite met spreken. <b>Dit is een alarmsignaal.</b>
	Geen urine produceren. <b>Dit is een alarmsignaal.</b>
Verhoogde bloeddruk.	Lage bloeddruk. <b>Dit is een alarmsignaal.</b>
Hartslag kan versnellen.	Versnelde hartslag. <b>Dit is een alarmsignaal.</b>
	Jezelf extreem ziek voelen. <b>Dit is een alarmsignaal.</b>

In bijna de helft van de gevallen is de oorzaak van sepsis een infectie van de longen – een longontsteking. Vanuit de longen kan de ziektekiem zich verder verspreiden door het lichaam. Een sepsis kan ook beginnen door een blaasontsteking, een blindedarmontsteking, een ontsteking van de huid of een wond. De oorzaak van een infectie kan ook een bacterie of schimmel zijn die tijdens een chirurgische ingreep of het inbrengen van een katheter in het lichaam terechtkomt. Ongeveer een kwart van de gevallen ontstaat in een ziekenhuis.

## WAT GEBEURT ER TIJDENS SEPSIS?

Als het immuunsysteem probeert de ziekteverwekker te bestrijden, produceren immuuncellen cytokines die de bloedvaten verwijden. Daardoor zakt de bloeddruk. Het hart probeert het lichaam nog steeds van voldoende zuurstof te voorzien en moet vaker samentrekken. De hartslag neemt toe.

Als het immuunsysteem er niet snel slaagt de ziekteverwekker te verslaan of de juiste medische te lang op zich laat wachten, verergert deze situatie.

Uiteindelijk krijgen cellen in cruciale organen te weinig zuurstof om te functioneren – met alle gevolgen van dien. De cytokines kunnen ook gevaarlijke bloedstolsels in bloedvaten en organen laten ontstaan of vaatwanden laten lekken. Ook daardoor kunnen organen schade oplopen. Patiënten die sepsis overleven, moeten vaak langdurig revalideren. Het lichaam moet veel schade repareren. Soms zoveel dat een volledig herstel niet altijd mogelijk is. Ook dit aspect van sepsis kan verminderen als meer mensen sepsis eerder herkennen.

## RISICOGROEPEN

Sepsis komt vaker voor bij mensen met een verzwakt immuunsysteem. Mensen die geen milt meer hebben – in de milt rijpen immuuncellen – hebben dan ook meer risico op sepsis. Omdat het immuunsysteem na het vijftigste levensjaar geleidelijk minder goed werkt, komt overlijden door sepsis vaker voor bij ouderen. Hoe ouder, hoe hoger het risico. Hetzelfde geldt voor diabeten. Ook bij hen werkt het immuunsysteem minder goed. Een andere risicofactor is het gebruik van medicijnen die het immuunsysteem onderdrukken.

Dat zijn bijvoorbeeld chemobehandelingen voor kankerpatiënten of de ontstekingsremmers en immunomodulators waarmee reumapatiënten hun ziekte onder controle krijgen.

Niet alleen oude, zieke en verzwakte mensen kunnen sepsis krijgen. Ook jonge, gezonde en fitte mensen kunnen sepsis krijgen. De kans op sepsis is in deze groep weliswaar betrekkelijk gering, maar daar staat dan weer tegenover dat in dat ene zeldzame geval waarin een jonge voetballer door een schaaftwond op het voetbalveld sepsis oploopt, artsen de symptomen vaak pas in een laat stadium herkennen.

## MEER INFORMATIE

In 2007 kreeg de Haagse verpleegkundige Idelette Nutma tijdens een vakantie in de Ardennen sepsis. Nutma overleefde de ziekte ternauwernood en schreef op basis van haar ervaringen en haar professionele kennis Sepsis en daarna. Over dat boek, sepsis en het vaak moeizame herstelproces na sepsis vindt u meer informatie op [Nutmas website](#).

## REFERENTIES

<sup>1</sup> Rudd KE, Johnson SC, Agesa KM, Shackelford KA, Tsoi D, Kievlan DR, Colombara DV, Ikuta KS, Kisson N, Finfer S, Fleischmann-Struzek C, Machado FR, Reinhart KK, Rowan K, Seymour CW, Watson RS, West TE, Marinho F, Hay SI, Lozano R, Lopez AD, Angus DC, Murray CJL, Naghavi M. Global, regional, and national sepsis incidence and mortality, 1990-2017: analysis for the Global Burden of Disease Study. *Lancet*. 2020 Jan 18;395(10219):200-211.

<sup>2</sup> Lijks ECN, van der Slikke EC, van Zanten ARH, Ter Maaten JC, Postma MJ, Hilderink HBM, Henning RH, Bouma HR. Societal costs of sepsis in the Netherlands. *Crit Care*. 2024 Jan 22;28(1):29.

