

PATIËNTEN INFORMATIE

Voedingsadvies bij een slokdarmstent

**MAASSTAD
ZIEKENHUIS**

een santeon ziekenhuis



In deze richtlijn vindt u informatie over de voeding na het plaatsen van een slokdarm stent (endoprothese).

Een stent

De stent is een buisje in de slokdarm waardoor het voedsel beter door de slokdarm gaat. Deze voeding wordt geadviseerd om te voorkomen dat de stent verstopt raakt. Indien de stent toch verstopt raakt, moet u contact opnemen met de arts.

De stent heeft 48 uur nodig om volledig te ontplooiën en gefixeerd te raken aan het slijmvlies. Te hoge belasting in die periode kan leiden tot dislocatie (het verkeerd zitten van het buisje). Daarom is het belangrijk om de eerste twee dagen vloeibare voeding te gebruiken. Daarna kunt u de vloeibare maaltijd vervangen door een gemalen maaltijd of gewone voeding.

Algemene adviezen bij een slokdarmstent

- Vanwege het grote volume van vloeibare voeding krijgt u snel een vol gevoel. Verdeel de voeding over de dag: gebruik 6-7 kleine maaltijden.
- Een uur na de maaltijd de stent 'schoon spoelen' door te drinken. Lucht opboeren kan opluchting geven. Koolzuurhoudende dranken bevorderen dit (50-100 ml spa rood, seven-up, cola en dergelijke).
- Let op een optimale houding: rechtop zitten in een stoel met de armen gesteund op het tafelblad. Praat niet te veel tijdens het eten, dit gaat moeilijk samen.
- Rustig eten, voedsel goed kauwen, snijden of prakken, geen grote brokken doorslikken. Zorg voor een goed passend gebit.
- Het eten van vast voedsel is mogelijk. U moet het echter wel zeer fijn snijden en zorgvuldig kauwen. U kunt er ook voor kiezen om de voeding te malen. Pitten, schillen, graten en botjes zorgvuldig verwijderen.

- Drink bij elke maaltijd. Dit maakt de passage van voedsel makkelijker. Drink meteen iets als u het idee heeft dat het eten niet snel genoeg zakt.
- Voorzichtig zijn met voedingsmiddelen die kunnen verstopen. Denk aan:
 - grove en draderige voedingsmiddelen zoals taai en draderig vlees, biefstuk, rookvlees, rosbief en fricandeau, asperges, zuurkool, taugé, grove rauwkost, bleekselderij, champignons, grote doperwtten, noten, peulvruchten, appel, partjes sinaasappel en mandarijn. U hoeft deze producten niet te vermijden, fijnsnijden is voldoende. Eet vleeswaren niet als een rolletje.
 - 'kleffe' voedingsmiddelen zoals (vers) witbrood, witte bolletjes en pannenkoeken, zuurtjes, drop, toffee.
- Probeer zo veel mogelijk variatie aan te brengen in smaak (zoet, zuur, hartig), geur en temperatuur.
- Slaaphouding: Om terugvloeien van eten, drinken, maag- en darmsappen tijdens het slapen tegen te gaan, is het aan te bevelen het hoofdeinde van uw bed zo te ondersteunen dat er een hoek van 30 tot 45 graden ontstaat. Zo voorkomt u dat voedsel en/of vloeistoffen de longen inlopen. Hierdoor kan immers een longontsteking ontstaan.

Wanneer u het gevoel heeft dat het eten achter het borstbeen 'blijft steken', of dat u moet braken, kunt u het beste contact opnemen met het Maag-, Darm- en Levercentrum van het Maasstad Ziekenhuis via (010) 291 17 77.

Buiten kantoortijden kunt u contact opnemen met de dienstdoende arts-assistent Interne Geneeskunde via (010) 291 19 11.

Vloeibare voeding (eerste twee dagen)

Adviezen bij de broodmaaltijden

Neem pap van volle melk (eventueel met een klontje boter) en suiker, volle (slagroom)vla, volle (vruchten)yoghurt zonder stukjes, volle (vruchten)kwark zonder stukjes. Voeg een scheutje ongeklopte slagroom toe.

Adviezen bij de warme maaltijd

Alle componenten van de warme maaltijd kunt u fijn malen met een staafmixer of blender. Door toevoeging van bouillon, volle melk en wat jus, boter of (dieet)margarine maakt u een vloeibare maaltijd. Het is niet noodzakelijk aardappelen, vlees en groenten door elkaar te mixen, maar het mag wel. Ter afwisseling kunt u ook gebruik maken van een (kant-en-klare) maaltijdsoep die u pureert.

Suggesties voor zelf te bereiden mixmaaltijden

- ragout met doperwten en/of wortelen en rijst;
- kip met bloemkool en aardappelen;
- rul gebakken gehakt met vruchtenmoes en aardappelen;
- roerei met spinazie en aardappelen;
- kabeljauw met groenten en aardappelen;
- macaroni à la bolognese;
- diverse stampotten.

Recept mixmaaltijd (1 persoon)

- 50 gram vlees;
- 100 gram groenten;
- 100 gram aardappelen, rijst, macaroni, spaghetti;
- 125-150 ml bouillon, melk, jus;
- eventueel margarine of boter.

Maak de bestanddelen van de warme maaltijd fijn. Voeg bouillon, melk en/of jus toe en maak het geheel op gewenste dikte. Wanneer u geen jus gebruikt, voeg dan wat boter of (dieet)margarine toe (bijvoorbeeld 1 eetlepel).

Adviezen voor tussendoor

- Neem eventueel energieverrijkte drinkvoeding (volgens advies diëtist).
- Neem eens een extra schaalje volle (slagroom)vla, volle (vruchten) yoghurt zonder stukjes, volle (vruchten)kwark zonder stukjes.
- Drinken die energie leveren zoals volle melk, anijsmelk, limonade, vruchtensappen, milkshake, yoghurt dranken of chocolademelk.
- Aan dranken of toetjes kan (ongeklopte) slagroom toegevoegd worden.

Recept voor een energierijke Milkshake (175 kcal per glas)

Voor 2 glazen heeft u nodig:

- 200 ml melkproduct;
- 100 gram ijs (2 bolletjes);
- 50 gram (3-4 eetlepels) toevoeging.

Melkproduct	IJs	Toevoeging
Volle melk, (Bulgaarse) yoghurt, vla, volle kwark	Roomijs naar keuze	Vruchten (uit blik), vruchtenmoes, slagroom, cacao, koffie(poeder)

Bereiding

Doe alle ingrediënten in een mengbeker en mix het geheel met behulp van een (staaf)mixer.

Dieetproducten

Wanneer u gebruik moet of wilt maken van een dieetproduct kan uw diëtist u hierover adviseren. In sommige gevallen vergoedt uw ziektekostenverzekeraar de kosten en kan de diëtist een aanvraag hiervoor indienen bij uw ziektekostenverzekeraar. In andere gevallen komen de kosten voor eigen rekening.

Hieronder vindt u een opsomming van diverse dieetproducten:

- *Kant en klare drinkvoedingen.* Deze zijn er in diverse merken, soorten en smaken. Ter aanvulling op uw huidige voeding of wanneer het eten (bijna) helemaal niet meer gaat ter vervanging van de gewone voeding.
- *Dieetvoedingen in poedervorm.* Er zijn verschillende mogelijkheden. U gebruikt deze poeders ter aanvulling op uw dagelijkse voeding.

Levering dieetproducten kan verzorgd worden door:

- *Apotheek* Deze heeft vaak maar een beperkt assortiment.
- *Facilitairbedrijf* Heeft veel merken, soorten en smaken op voorraad. Bezorgt producten thuis, zonder extra kosten.

Trombosedienst

Indien u een Coumarinederivaat gebruikt met de werkzame stof Acenocoumarol (Sintrom Mitis®) of Fenprocoumon (Marcoumar®) dient het gebruik van drink- of sondevoeding bekend te zijn bij uw trombosedienst. Indien u stopt met de drink- of sondevoeding dient u dit zelf aan de trombosedienst door te geven. Drink- en sondevoeding bevatten vitamine K en dit kan invloed hebben op de stolling van het bloed.

Vragen

Mocht u naar aanleiding van deze richtlijnen nog vragen hebben, neem dan contact op met uw behandeld arts/diëtist.



De informatie in deze folder is belangrijk voor u. Als u moeite heeft met de Nederlandse taal, zorg dan dat u deze folder samen met iemand leest die de informatie voor u vertaalt of uitlegt.

The information in this brochure is important for you. If you have any difficulties understanding Dutch, please read this brochure together with somebody who can translate or explain the information to you.

Bu broşürdeki bilgi sizin için önemlidir. Hollandaca dilde zorlanıyorsanız, bu broşürü size tercüme edecek ya da açıklayacak biriyle birlikte okuyun.

Informacje zawarte w tym folderze są ważne dla Państwa. Jeśli język niderlandzki sprawia Państwu trudność, postarajcie się przeczytać informacje zawarte w tym folderze z kimś, kto może Państwu je przetłumaczyć lub objaśnić.

المعلومات المتواجدة في هذا المنشور مهمة بالنسبة لكم. إذا كنتم تواجهون صعوبة في اللغة الهولندية،
إحرصوا حينئذ على أن تقرأوا هذا المنشور بحضور شخص ما، الذي يترجم لك المعلومات الواردة فيه
أو بشرحها لكم.

Maasstad Ziekenhuis

Maasstadweg 21

3079 DZ Rotterdam

T: (010) 291 19 11

I: www.maasstadziekenhuis.nl / www.maasnik.nl (kinderwebsite)

I: www.maasstadziekenhuis.nl/mijn (patiëntenportaal)

