

# PATIËNTEN INFORMATIE

## Eten en drinken in het ziekenhuis

**MAASSTAD  
ZIEKENHUIS**

een santeon ziekenhuis



Wanneer u wordt opgenomen in het ziekenhuis, wordt u gevraagd of u een dieet of speciale wensen heeft; we kunnen de meest voorkomende diëten en voedingen verstrekken en als uw dieet niet aanwezig is, doen we ons best om geschikte maaltijden voor u samen te stellen. Wanneer u wilt weten of er bepaalde allergenen in een product zitten, kunt u dit vragen aan de voedingsmedewerker.

Door middel van touchscreen schermen die boven de bedden hangen kunt u zelf kiezen wat u wilt eten. Het eten wordt dan bereid en geserveerd door onze gastvrije voedingsmedewerker. Zo kunt u tweemaal per dag kiezen uit een uitgebreid broodassortiment en in de avond wordt er een warme maaltijd geserveerd.

U krijgt tijdens de maaltijd drinken aangeboden. Tussen de maaltijden en na het avondeten krijgt u drinken en een tussendoortje ('Maasstadje') aangeboden .

Indien u iets nodig heeft op voedingsgebied, kunt u dit de hele dag door aan de voedingsmedewerker vragen.

Het is erg belangrijk dat u tijdens opname voldoende eet, om doorligplekken te voorkomen, wondgenezing te bevorderen en om in een goede conditie te blijven. Het gaat er vooral om dat u voldoende eiwitten en calorieën (= energie) binnenkrijgt. Bij misselijkheid en een verminderde eetlust, is het vaak moeilijk om voldoende te eten. Het is daarom belangrijk om verdeeld over de dag regelmatig kleine hoeveelheden te eten.

Wanneer u meer wil eten dan u kunt bestellen, kunt u dit aangeven aan de voedingsmedewerker.

Als basis voor een gezonde voeding heeft u per dag de volgende voedingsmiddelen nodig

- 4-7 sneetjes brood
- 3-5 aardappelen of 3-5 opscheplepels rijst of pasta
- 4 groentelepels groente

- 2 stuks fruit
- 3 glazen melk of melkproducten (bijvoorbeeld yoghurt, karnemelk)
- 100 gram vlees, vis of kip
- 1 plakje vleeswaar
- 1 plakje kaas
- (dieet-)halvarine / (dieet-)margarine
- 1½ liter vocht (± 10 kopjes)

Ondervoeding door ziekte is in ziekenhuizen een veel voorkomend probleem. Ongeveer 25-40% van de ziekenhuispatiënten is bij opname ondervoed. Er is sprake van ondervoeding als iemand door ziekte onbedoeld afgevallen is en de afgelopen periode minder gegeten heeft. Ondervoeding door ziekte heeft meestal tot gevolg dat herstel minder snel gaat en de reactie op de behandeling niet optimaal is. Daarom moet ondervoeding zo snel mogelijk behandeld worden. Ook bij overgewicht kan er sprake zijn van ondervoeding, bij ongewenst gewichtsverlies gaat er niet alleen vetmassa verloren, maar ook spiermassa. Dit laatste is niet wenselijk, want het bepaalt mede de weerstand.

Daarom worden bij opname in het ziekenhuis alle patiënten gescreend op (de kans op) ondervoeding. Hierbij wordt gekeken of er sprake is van gewichtsverlies, vermindering van de eetlust en of er de afgelopen maand gebruik is gemaakt van drink- en/of sondevoeding.

Met behulp van de vragen kan er worden vastgesteld of er sprake is van een risico op ondervoeding. Zo nodig komt een diëtist van het ziekenhuis langs om dit te bespreken.

Het kan voorkomen dat u andere keuzes heeft in maaltijden en tussendoortjes dan uw buurman/buurvrouw. Dit is afhankelijk van de uitslag van de screening. Indien er bij u sprake is van ondervoeding en het foldertje 'Ondervoeding in het ziekenhuis' niet heeft ontvangen, kunt u dit vragen aan de verpleegkundige.

### **Adviezen voor het meenemen van maaltijden**

Bij de voedselverstrekking in ons ziekenhuis gelden strenge eisen en regels wat betreft hygiëne en voedselveiligheid. Deze eisen en regels liggen wettelijk vast en zijn er om te voorkomen dat patiënten ziek worden van het eten. Het Maasstad Ziekenhuis verplicht zich om strikt om te gaan met de naleving van deze regels en heeft daarom ook een onafhankelijk instituut aangesteld om de controle hierop uit te voeren.

Om voedselinfecties te voorkomen adviseren wij dan ook om zo min mogelijk risicovolle voeding van thuis mee te laten brengen. Risicovolle voedingsmiddelen zijn onder andere soep, vlees en vleeswaren, vis, rauwkost en zuivelproducten. Voedingsmiddelen zoals fruit, koek en cake bederven minder snel en brengen daarom minder risico met zich mee.

Mocht u toch producten mee willen laten meenemen, dan gelden hiervoor de volgende instructies:

#### **Thuis**

- Zorg dat de THT datum op verpakte producten niet verlopen is. Gekoelde producten dienen thuis in de koelkast bewaard te worden voordat deze naar het ziekenhuis worden meegenomen.
- Indien u niet gedateerde ongekoelde producten krijgt/meeneemt, laat dan uw naam, tijdstip en de datum van verpakken op de producten zetten, en zorg dat de producten binnen 24 uur worden genuttigd.
- Verpak onverpakte producten in koelkastdozen of aluminiumfolie.

#### **Adviezen voor vervoer onderweg**

- Vervoer gekoelde producten in een koeltas.
- Vervoer ongekoelde producten die niet verpakt zijn in afgesloten dozen of aluminiumfolie.

**In het ziekenhuis**

- Gebruik gekoelde meegebrachte voedingsmiddelen direct na aankomst in het ziekenhuis, doch uiterlijk binnen twee uur.
- Mocht u voedingsmiddelen in het ziekenhuis willen bewaren, vraag dan op de afdeling of er een patiëntenkoelkast aanwezig is. Indien er een koelkast aanwezig is kunt u het verpakte product met uw naam, tijdstip en datum van verpakken erop maximaal 24 uur in de koelkast bewaren. Na 24 uur zijn wij genoodzaakt vanwege onze hygiënevoorschriften het product te verwijderen.
- Verpakte producten die niet gekoeld bewaard dienen te worden, kunnen ongeopend bewaard blijven tot aan de uiterste houdbaarheidsdatum (THT) op de verpakking.

**Aanwezigheid koelkasten en magnetron op de afdelingen**

Bij het Maasstad Ziekenhuis hebben we niet op alle afdelingen koelkasten en magnetrons voor gebruik van patiënten. Vraag op uw afdeling aan de voedingsmedewerker of er een patiëntenkoelkast en/of magnetron aanwezig is op de afdeling, alvorens u gekoelde producten meeneemt of worden meegenomen voor u.

**Tot slot**

Het ziekenhuis is niet aansprakelijk voor meegebrachte voedingsmiddelen. Mocht u naar aanleiding van dit stuk vragen hebben, dan kunt u zich wenden tot de voedingsmedewerker op uw afdeling.

## Notities

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

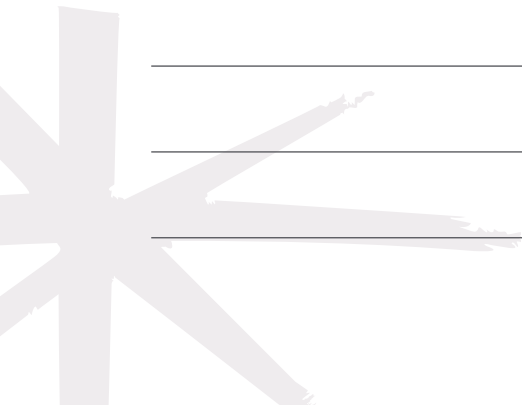
---

---

---

---

---



---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



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

E: [info@maasstadziekenhuis.nl](mailto:info@maasstadziekenhuis.nl)

I: [www.maasstadziekenhuis.nl](http://www.maasstadziekenhuis.nl) / [www.maasnik.nl](http://www.maasnik.nl) (kinderwebsite)

I: [www.maasstadziekenhuis.nl/mijn](http://www.maasstadziekenhuis.nl/mijn) (patiëntenportaal)

