

Dieetbehandeling bij slik- of passageproblemen

Dieetbehandeling voor:

Naam:

Geboortedatum:

Datum van afgifte:

Naam diëtist:

Door verschillende oorzaken kunt u slik- of passageproblemen krijgen. Het wegslikken van voeding kan daardoor moeilijker zijn. U heeft pijn bij het slikken of het gevoel dat het eten 'niet wil zakken'. Om zo min mogelijk last te hebben en toch goed te eten kunt u:

- Meerdere kleine maaltijden per dag gebruiken.
- Zoveel mogelijk zachte, smeùige of vloeibare gerechten kiezen, goed kauwen en de voeding zo fijn mogelijk snijden.
- Bij iedere maaltijd royaal drinken om het voedsel weg te spoelen. Drink ook vaak tussendoor.
- Hete dranken zoals koffie, thee, bouillon en soep wat laten afkoelen.

Soms zijn ijskoude dranken plezierig om te gebruiken zoals karnemelk, ranja, appel- en druivensap, tweedrank, milkshake en ijs. Scherpe kruiden en specerijen, sterke alcohol (jenever, whisky) en zure vruchtensappen (sinaasappel- en grapefruitsap) kunnen klachten geven. Appelsap, druivensap, tweedrank en siroop zijn minder scherp. Harde producten zoals noten en pinda's zijn vaak moeilijker te eten.

Tips voor de broodmaaltijd

- Brood zonder harde korst met boter en smeerbaar beleg zoals paté, leverworst, filet Americain, zult, smeerkaas, zacht gekookt of gebakken ei, roerei, huzaren-, zalm- of eiersalade, jam, geleï, stroop, honing.
- Kaas of vleesbeleg uit het vuistje.
- Drinken bij de broodmaaltijd.
- Probeer vette vis: haring, paling, makreel, vis uit blik of gebakken vis.
- In plaats van brood kunt u een bordje pap van volle melk zoals rijstepap, havermoutpap, bloempap, griesmeelpap, Brinta, Bambix, beschuitpap, Ligapap, vanillevla. Roer er een scheutje room of klontje boter door.
- Drinkontbijt.
- Wanneer u door het drinken van melk een plakkerig gevoel in de mond krijgt, kunt u na het drinken een slokje water of vruchtensap nemen.

Tips voor de tussenmaaltijden

- Koekjes kunt u in het drinken soppen. Denk aan een lange vinger, een speculaasje, (kaneel)biscuit, cake.
- Leverworst, zachte kaas, stukje haring, makreel of paling.
- Schaaltje vla, yoghurt, kwark, pap.
- Een (room)ijsje.
- Vruchtencompote of zacht fruit met slagroom.

Tips voor de warme maaltijd

- Puree of stampot met veel jus of saus.
- Peulvruchtensoep (erwten-, bonen- of linzensoep) als hele maaltijd.
- Pasta (macaroni, spaghetti, lasagne) met veel saus.
- Gehakt, verse worst, hamburger, slavink, fijngesneden varkensvlees of spek met veel jus lukken vaak beter dan droog draderig vlees zoals (mager) rundvlees.

- In plaats van vlees kunt u vis, kip, ragout of ei nemen.
- Gekookte groente met boter of saus.
- Gebakken (na)gerechten zoals pannenkoeken of flensjes.
- Appelmoes, vruchten op sap, stoofperen als bijgerecht.

Vitamines en mineralen

Als u door uw ziekte of door de bijwerkingen van de behandeling niet goed of voldoende kunt eten, kunnen extra vitamines en mineralen in de vorm van een vitamine/mineralenpreparaat een nuttige aanvulling zijn. Bij de drogist, apotheek en supermarkt zijn verschillende merken te koop als pil, capsule of bruistablet. De dosering en soort zijn belangrijk. Op de verpakking of in de bijsluiter staat hoeveel vitamines/mineralen het product levert, hoeveel procent dat is van de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid (ADH) en wat de aanbevolen dosering is. Een multivitaminepreparaat tot 100% van de ADH is over het algemeen veilig om te gebruiken.

Tot slot

Neem voor meer informatie contact op met de afdeling Diëtetiek: dietetiek@etz.nl of via het secretariaat Paramedische Zorg, telefoonnummer: (013) 221 00 50.

Persoonlijke dieetbehandeling

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Noteer hieronder uw vragen

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Belangrijke telefoonnummers

ETZ (Elisabeth-TweeSteden Ziekenhuis): (013) 221 00 00
Secretariaat Paramedische Zorg: (013) 221 00 50