



Patiënteninformatie

Voedingsadvies bij een slokdarmstent

Inleiding

Deze brochure geeft u voedingsadviezen bij een slokdarmstent. Naar aanleiding van een vernauwing in de slokdarm wordt een voedingsstent geplaatst. Deze stent zorgt ervoor dat het voedsel en het vocht makkelijker de maag kunnen bereiken.

De eerste weken na het plaatsen van de stent moet u uw voeding aanpassen. Uw slokdarm kan in het begin enkel vloeibare voeding aan, geleidelijk aan mag u overschakelen op vaster voedsel. De stappen in deze faseovergangen zijn afhankelijk van persoon tot persoon.

De eerste dagen: Vloeibare voeding

- Melk
- Yoghurt
- Platte kaas
- Fruitmoes
- Gemixte soep
- Pap en pudding

Na enkele dagen: Halfvaste voeding

- Gemixte warme maaltijd
- Potjes babyvoeding
- Brood zonder korsten
- Beschuiten en smeerbaar beleg

Na enkele weken: De voeding moet vanaf nu niet meer gemixt worden.

AZ Turnhout heeft deze informatiefolder met de grootste zorg opgemaakt. De inhoud ervan is echter algemeen en indicatief. De folder omvat niet alle medische aspecten. Hij vervangt de raadpleging bij je zorgverlener niet. Mocht deze folder vergissingen, tekortkomingen of onvolledigheden bevatten dan zijn AZ Turnhout, personeel en artsen hiervoor niet aansprakelijk.

Algemene voedingstips

Onderstaande tips zullen een verstopping van de voedingsstent helpen voorkomen:

- Neem rustig de tijd om te eten en kauw goed.
- Eet kleine maaltijden verspreid over meerdere eetmomenten per dag.
- Drink voldoende tijdens de maaltijd.
- Drink een uur na de maaltijd om de stent door te spoelen.
- Verwijder pitten, schillen, graten en botjes.
- Kook de voeding goed gaar.
- Neem een rechte houding aan tijdens en tot een uur na de maaltijd om terugvloeiing vanuit de maag te voorkomen.

Specifieke voedingsadviezen

Water / dranken

Goede keuze
- Water, thee, koffie - Vruchtensap zonder pulp
Tips
- Drink 1,5l per dag - Drink voldoende tijdens de maaltijd - Drink een uur na de maaltijd om de stent door te spoelen - Opgepast met koolzuurhoudende dranken: enerzijds kunnen ze een reinigende werking hebben en ervoor zorgen dat verstoppingen van de stent minder snel voorkomen. Het opboeren van lucht kan ook een gevoel van opluchting geven. Anderzijds verhoogt het drinken van veel (dranken met) gas het risico op braken. Daarom raden we aan om frisdrank altijd in een glas te gieten zodat al een deel van het gas kan ontsnappen.

Graanproducten en aardappelen

Goede keuze	Wees voorzichtig met
<ul style="list-style-type: none"> - Aardappelen - Deegwaren - Rijst - Wentelteefjes - Brood van 1 dag oud - ... 	<p>Propvormende voedingsmiddelen</p> <ul style="list-style-type: none"> - Zeer vers brood - Rozijnenbrood - Sandwiches <p>Harde voedingsmiddelen</p> <ul style="list-style-type: none"> - Broodkorsten - Toast - Brood met pitten, zaden en Noten
Tip	
<p>Gebruik voldoende vetstof en smeug beleg:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Smeerkaas - Paté - Confituur - Stroop - Honing 	

Groenten

Goede keuze	Wees voorzichtig met
<p>Bereide groenten:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Aubergine - Bloemkool - Broccoli - Courgette - Knolselder - Pastinaak - Pompoen - Spinazie - Witloof - Wortelen 	<p>Voedingsmiddelen die veel vezels bevatten</p> <ul style="list-style-type: none"> - Andijvie - Asperge - Boeren- of zuurkool - Champignons - Maïs - Peulvruchten (bonen, linzen, kikkererwten) - Selder - Sojascheuten - Venkel
Tips	
<ul style="list-style-type: none"> - Kook de groenten goed gaar - Na enkele weken kan rauwkost gegeten worden. Zorg ervoor dat deze fijngesneden is en gebruik voldoende saus. 	

Fruit

Goede keuze	Wees voorzichtig met
<ul style="list-style-type: none">- Appel- Banaan (waarbij de schil al goed geel is)- Meloen- Perzik- Peer- Mango- Pruim- Kiwi (verwijder wel de pitjes)- Druiven (indien geschild en ontpit)	<p>Vezelige voedingsmiddelen</p> <ul style="list-style-type: none">- Gedroogde vruchten (dadels, vijgen, rozijnen, pruimen, abrikozen)- Rabarber- Verse Ananas- Banaan waarbij de schil nog groen is
Tips	
<ul style="list-style-type: none">- Verwijder de pitten en schillen- Kies voor rijp en zacht fruit- Neem fruitsap (zonder pulp), fruitpap, fruitmoes, smoothie of potjes babyvoeding- Bij citrusfruit: neem enkel het sap, eet de vliesjes niet op	

Melkproducten en calciumverrijkte sojaproducten

Melk en melkproducten vormen geen gevaar voor het verstoppen van de stent.

Tips
<ul style="list-style-type: none">- Drink water of spoel de mond bij gevoel van slijmvorming- Karnemelk, yoghurt, sojaproducten en kwark geven minder slijm

Vlees, vis, eieren en vervangproducten

Goede keuze	Wees voorzichtig met
Zachte vleessoorten - Gevogelte - Gehakt - Hamburger - Worst - Pens - Vis - Eieren, tofu, quorn ...	Vezelige voedingsmiddelen - Biefstuk, rosbief, stoofvlees - Kotelet, gebrad, fricandeau - Rookvlees
Tips	
- Snijd het vlees in kleine stukjes - Gebruik voldoende saus en/of jus	

Smeer- en bereidingsvet

Tips
- Gebruik veel vetstof - Zorg ervoor dat de warme maaltijd smeug en zacht is; voldoende saus, jus of boter, maar gebruik ook eens melk, room of bouillon

Restgroep

Goede keuze	Wees voorzichtig met
- Taart - Gebak - Ijs - ... Gebruik met mate in geval van obesitas	Propvormende voedingsmiddelen - Snoepspek Harde voedingsmiddelen - Chips, noten, pinda's - Drop - Popcorn - Toffee, zuurtjes

Tot slot

Wij hopen van harte dat deze brochure u meer duidelijkheid heeft geboden. Indien u nog vragen heeft, mag u steeds contact met ons opnemen.

Wie contacteren bij vragen of problemen?

Specifieke vragen en/of problemen bespreken we graag met u persoonlijk. U kan de diëtisten bereiken op het nummer 014 40 69 84, elke weekdag tussen 8u en 16u30.

Persoonlijke notities/ vragen

Indien u vragen of opmerkingen hebt, kunt u die hier noteren. Zo hebt u ze altijd bij de hand bij een gesprek met uw diëtist, arts of verpleegkundige.

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

AZ Turnhout vzw

www.azturnhout.be

info@azturnhout.be



Blijf op de hoogte via www.facebook.com/azturnhout



Campus Sint-Jozef

Steenweg op Merksplas 44

2300 Turnhout

014 40 60 11



Campus Sint-Elisabeth

Rubensstraat 166

2300 Turnhout

014 40 60 11