

Drinkvoeding thuis

HET VAN WEEL-BETHESDA ZIEKENHUIS IS ONDERDEEL VAN

CURAMARE

zorg met hart en ziel

Ziekte, een operatie of een behandeling vragen veel van uw lichaam en reserves. Soms lukt het niet om met normale voedingsmiddelen voldoende te eten. In dat geval kan het gebruik van drinkvoeding helpen. In deze folder staat uitgelegd wat drinkvoeding is en hoe u het gebruikt.

Het belang van goede voeding

Goede voeding is belangrijk voor uw gezondheid. Eten en drinken leveren energie die het lichaam nodig heeft om te kunnen functioneren en te bewegen. Daarnaast krijgt u via voeding eiwitten binnen voor de opbouw van spieren en organen. Ook vitamines en mineralen zijn belangrijk. Deze helpen uw lichaam goed zijn werk te doen, ze helpen weerstand op te bouwen, zorgen voor sterke spieren, zodat u goed kunt bewegen.

(Goed) eten is niet vanzelfsprekend. Ziek zijn, pijn of emoties kunnen ervoor zorgen dat u minder zin heeft in eten. Door ziekte heeft uw lichaam meer brandstof (energie) en bouwstoffen (eiwit) nodig. Dit terwijl u dan vaak juist minder eet. Hierdoor kunt u ongewild afvallen.

Naar huis met drinkvoeding

Drinkvoeding vult de tekorten in de voeding aan, waardoor u sneller herstelt en de kans op complicaties vermindert. Daarnaast zorgt goede voeding voor sterkere spieren, zodat u zich goed kunt bewegen.
Drinkvoeding is een vloeibare voeding, waarin alle voedingsstoffen zitten die u nodig heeft en die u nodig heeft en die u normaal via de gewone voeding binnenkrijgt.

Het dagelijkse gebruik

Voor een goed resultaat is het belangrijk dat u het advies van uw arts of diëtist opvolgt. Weinig eetlust, vermoeidheid of een vol gevoel kunnen ervoor zorgen dat u de drinkvoeding niet helemaal opdrinkt. Door te variëren met de drinkvoeding is het makkelijker om het gebruik vol te houden. Dit heeft een positief effect op het resultaat van uw dieetbehandeling.

Bereiden

Drinkvoeding is kant-en-klaar. U heeft deze alleen te schudden voor gebruik. Het is het lekkerst als u de drinkvoeding koud drinkt. De soep varianten eet u warm.

Bewaren

U kunt ongeopende drinkvoeding buiten de koelkast bewaren. Bewaar de flesjes bij voorkeur op een koele plaats uit de zon, bijvoorbeeld in een keukenkast of in de kelder. De flesjes zijn houdbaar tot de houdbaarheidsdatum die op de verpakking staat.

Een geopende verpakking kunt u twee uur buiten de koelkast en 24 uur in de koelkast bewaren.

Trombosedienst

Voor Patienten die bekend zijn bij de Trombosedienst is het belangrijk om te weten dat deze voeding invloed kan hebben op uw bloedstolling. Het is daarom belangrijk dat uw trombosedienst hiervan op de hoogte is. U bent zelf verantwoordelijk voor het doorgeven van wijzigingen in het gebruik van drinkvoeding of sondevoeding. Meld uw trombosedienst als u begint of meer/ minder drinkvoeding of sondevoeding gaat gebruiken of als u er mee stopt.

Klachten

Ondanks de voorbereiding en motivatie kunnen zich klachten voordoen, zoals verminderde eetlust, misselijkheid, slijmvorming of slikproblemen. Hieronder volgens tips bij dergelijke klachten.

Verminderde eetlust en drinkvoeding

Ziekte, pijn en emoties kunnen ervoor zorgen dat u minder zin heeft om te eten. Ook medicijnen en therapieën beïnvloeden de eetlust en uw smaak. Iets dat u vroeger niet lustte, kunt u nu wel lekker vinden en omgekeerd.

Tips:

1. Regelmatig eten heeft een positieve invloed op de eetlust. Probeer daarom de (drink)voeding op vaste tijden te drinken en goed te verdelen over de dag
2. Zorg ervoor dat u eet en drinkt in een prettige en ontspannen omgeving.
3. Als het eten/ drinken er lekker uitziet, krijgt u sneller trek. Zorg er daarom voor dat de drinkvoeding er lekker uitziet door deze in een glas of leuke beker te schenken.
4. Bekijk op welke temperatuur de drinkvoeding het beste smaakt. Gekoelde drinkvoeding smaakt minder sterk dan lauwe of warme drinkvoeding.
5. Probeer samen met anderen te eten en drinken. Samen eten is gezelliger. Hierdoor eet u ongemerkt meer dan wanneer u alleen eet.
6. Friszure gerechten en dranken stimuleren de eetlust. Drinkvoedingen op sap- en yoghurtbasis hebben een friszure smaak.

7. Probeer drinkvoeding in verschillende smaken en diktes uit. Er zijn drinkvoeding op sap-, yoghurt- en melkbasis, vruchtenmoes, soep en dessert.
8. Als u drinkvoeding als aanvulling gebruikt kunt u deze het beste tussen de maaltijden door drinken. Zo gaat het gebruik van drinkvoeding niet ten koste van uw normale eten.
9. Kleine slokjes zorgen ervoor dat u snel een vol gevoel heeft. Drink de drinkvoeding daarom bij voorkeur zonder rietje, dus uit een glas of rechtstreeks uit het flesje.
10. Hoe groter het volume van de drinkvoeding, hoe sneller u vol zit. Verdun de drinkvoeding daarom niet.

Last van slijm en drinkvoeding

Slijmvorming of een slijmerig gevoel kunnen ervoor zorgen dat u moeilijk kunt eten. De voeding is hier niet de oorzaak van. Wél kunnen zuivelproducten u het gevoel geven dat er slijm in uw mond of keel zit.

Tips:
1. Water drinken gedurende de dag verdunt het slijm, zodat u het gemakkelijker ophoest.
2. Spoel uw mond regelmatig met zout water of water met citroensap. Los één theelepel zout/ citroensap op in een glas water. Zuur en zout lost taai slijm op.
3. Een ijsblokje in de mond nemen of een slokje water drinken na het gebruik van de drinkvoeding vermindert een slijmerig gevoel.
4. Probeer een drinkvoeding op sap- of yoghurtbasis. Deze varianten veroorzaken minder gevoel van slijm in mond of keel.
5. Zorg voor een goede mondverzorging en gebruik mondwater na het tanden poetsen of tussen de poetsbeurten door. Dit vermindert een slijmerig gevoel.

Slikproblemen, een pijnlijke mond en drinkvoeding

Slikproblemen ontstaan meestal door ouderdom, ziekte, of medicijngebruik. Ook kan er sprake zijn van een pijnlijke mond door bijvoorbeeld chemotherapie. Door slikproblemen of een pijnlijke mond gaat eten moeilijker.

Tips:
1. Als de drinkvoeding te dun is kunt u deze dikker maken met een speciaal verdikkingsmiddel. Overleg met uw diëtist/ logopedist hoe u dit kunt doen.
2. Er zijn drinkvoedingen met verschillende diktes zoals crème, desserts, vruchtenmoes of verdikte dranken.
3. IJskoude dranken verdoven een pijnlijke mond. Gebruik drinkvoeding daarom rechtstreeks uit de koelkast en voeg eventuele ijsblokjes toe. Ook kunt u de drinkvoeding invriezen als ijsblokje of ijslolly. Bij het invriezen gaan geen voedingsstoffen verloren.

4. Mensen met een pijnlijke mond verdragen drinkvoeding op melkbasis beter dan drinkvoeding op sap- of yoghurtbasis. Vooral de zure smaken als sinaasappel en citroen verergeren vaak de pijn. Kies daarom bijvoorkeur andere smaken.
5. De zure smaak van fruit en vruchtensap kunt u verzachten door hier een (verdikte) drinkvoeding op melkbasis aan toe te voegen.
6. Eet en drink regelmatig. Hierdoor blijft u genoeg speeksel aanmaken waardoor u gemakkelijker kunt slikken.

Misselijkheid en drinkvoeding

Wanneer u vaak misselijk bent, is het moeilijk om genoeg voedingsstoffen binnen te krijgen. U krijgt minder honger en na een tijd kan het eten tegen gaan staan.

Tips:
1. De geur van drinkvoeding kan misselijkheid opwekken. Door de drinkvoeding rechtstreeks uit het flesje te drinken ruikt u er minder van.
2. Als u uw mond regelmatig spoelt en goed verzorgt, verbetert de smaak.
3. Tekort aan vocht en voeding kan misselijkheid verergeren. Stop daarom niet met eten en drinken, ook al bent u misselijk.
4. Etensgeuren kunnen misselijkheid opwekken. Als dit voor u geldt, probeer dan etensgeuren te vermijden als u drinkvoeding gebruikt.
5. Ruim zittende kleding en rechtop zitten zorgen ervoor dat u zich minder misselijk voelt.
6. Een ijsklontje in de mond, een waterijsje of een stukje fruit uit de ijskast voor het eten of drinken zorgen ervoor dat u meer trek krijgt.
7. Drinkvoeding uit de koelkast smaakt minder zoet. Voeg eventueel een ijsblokje toe.
8. Zorg voor rust tijdens het eten en eet de maaltijden op de tijdstippen waarop u zich het beste voelt.

Variëren met drinkvoeding

Door te variëren met uw drinkvoeding is het makkelijker om het gebruik vol te houden. Dit zorgt voor een beter resultaat van uw dieetbehandeling.

Tips:
1. Kies voor variatie in smaak en dikte; wissel zoet en hartig af. Naast de drinkvoeding in een flesje zijn er ook vruchtenmoesjes, soepen en desserts. Daarnaast is er drinkvoeding op sap-, yoghurt- of melkbasis.
2. Om te variëren kunt u extra’s toevoegen aan de drinkvoeding, zoals;
   - (vanille) suiker of honing,
   - siroop,
   - anijs,

- slagroom,
- jam,
- oploskoffie.

3. Aan drinkvoeding in soepvorm kunt u toevoegen:
   - zout en peper,
   - kruiden en specerijen zoals nootmuskaat, peterselie, bieslook of oregano,
   - vlees, gekookte vis of kip,
   - groenten zoals wortel, prei of ui,
   - peulvruchten zoals erwten of tuinbonen,
   - vermicelli, stukjes aardappel of rijst,
   - bouillonpoeder of instant soep in poedervorm.
4. Drinkvoeding in neutraalsmaak kunt u toevoegen aan soepen en sauzen of u kunt het door de koffie of een zuiveldrank mengen.
5. U kunt de drinkvoeding verwarmen in een pannetje of in de magnetron. Vooral smaken vanille, chocolade en koffie zijn erg geschikt om warm te drinken. Bij het verwarmen kunnen voedingsstoffen verloren gaan. Doe dit dus niet te vaak en roer de drinkvoeding regelmatig tijdens het verwarmen zodat deze niet gaat koken.
6. U kunt de drinkvoeding invriezen als ijsblokje of ijslolly. Bij het invriezen gaan geen voedingsstoffen verloren.
7. Vraag ook naar de recepten kaarten voor meer recepten met drinkvoeding.

Op vakantie met drinkvoeding

1. Neem altijd meer drinkvoeding mee dan u nodig heeft. Een verpakking kan altijd beschadigen tijdens de reis
2. Drinkvoeding hoeft niet in de koeling bewaard te worden. Bewaar de drinkvoeding uit de zon en bi voorkeur bij een temperatuur onder de 25°C.
3. Neem contact op met uw reisbureau of vliegmaatschappij om na te gaan welke informatie zij nodig hebben om uw drinkvoeding te vervoeren.
4. Gaat u langere tijd op vakantie en wilt u daarom meer drinkvoeding dan normaal bestellen; geef dit dan tijdig door aan uw facilitair bedrijf.
5. Wanneer u drinkvoeding tijdens uw vakantie in het buitenland wilt kopen adviseren wij u de vergoedingsmogelijkheden na te gaan bij uw zorgverzekeraar.
6. Binnen Europa is het meestal geen probleem om drinkvoeding mee te nemen; buiten Europa zijn de regels wisselend. Het is raadzaam contact op te nemen met de ambassade van het betreffende land. Vraag uw arts om een Engelse verklaring waarin staat dat u drinkvoeding gebruikt om medische redenen.

Gaat u vliegen?

7. Als uw luchtvaartmaatschappij van te voren aangeeft dat u medische voeding gebruikt mag u meestal extra bagage meenemen.
8. Vraag of de maatschappij de drinkvoeding vervoert in de forward belly (ruimte onder de piloot). In de bagageruimte bevriest de drinkvoeding. Dit heeft invloed op de kwaliteit van de drinkvoeding.
   *Vraag meer informatie bij uw facilitair bedrijf.

Vergoeding

We willen u erop attenderen dat iedereen van 18 jaar en ouder een verplicht eigen risico voor de zorgverzekering betaalt. Dat betekent dat u in 2018 minimaal €385,- van gebruikte zorg uit het basispakket zelf betaalt (dit bedrag kan hoger zijn, afhankelijk van uw vrijwillig eigen risico). De kosten van onder andere bezoek aan de huisarts, verloskundige zorg en kraamzorg vallen niet onder verplicht eigen risico. Voorbeelden van kosten die wel onder het verplicht eigen risico vallen zijn bezoek aan een specialist in het ziekenhuis of onderzoek in een ziekenhuis alsmede medische drinkvoeding en sondevoeding.

Dit betekent dat wanneer uw eigen risico nog niet of deels is aangesproken, de kosten van medische dieetvoeding nog bij u in rekening kunnen worden gebracht totdat uw eigen risico in zijn geheel is verbruikt. Daarna worden kosten van dieetvoeding vergoed.

Voor eventueel aanvullende voorwaarden adviseren wij u altijd de polisvoorwaarden van uw zorgverzekering te checken.

Als de machtiging bijna verloopt dan wordt u door het facilitair bedrijf hierover geïnformeerd. Indien voortzetting van dieetvoeding gewenst is, kunt u contact opnemen met uw huisarts of specialist voor verlenging van de machtiging en (zo nodig een verwijzing naar) een diëtist bij u in de buurt.

Vragen?

Neem dan contact op met de afdeling diëtetiek, te bereiken op werkdagen van 9.00 uur - 16.30 uur.

T 0187 60 72 37
E dietetiek@vanweelbethesda.nl

U kunt ook vragen stellen via de ‘BeterDichtbij app’. Meer informatie vindt u via onze website onder tabblad ‘ik kom voor een behandeling/beterdichtbij’.

Meer informatie kunt u vinden op de website van het ziekenhuis: www.vanweelbethesda.nl

HET VAN WEEL-BETHESDA ZIEKENHUIS

Patienten sticker

Betreft: aanvraag dieetvoeding na ontslag uit het ziekenhuis …../…../201

Beste heer/ mevrouw,

In verband met uw dieetbehandeling is het gebruik van energie- en/of eiwit verrijkte dieetvoeding met u afgesproken. De diëtist vraagt voor u een machtiging aan bij de zorgverzekeraar en bestelt de voeding bij het facilitair bedrijf zoals Sorgente. De dieetvoeding zal binnen 1-2 werkdagen bij u thuis afgeleverd worden. U wordt vooraf gebeld waar en wanneer de bestelling bezorgd kan worden. De eerste levering van de dieetvoeding is voor twee weken. Zolang de machtiging loopt, kunt u zelf weer nieuwe voeding bestellen bij het facilitair bedrijf en wordt het vergoed door de zorgverzekeraar. Zie ook www.sorgente.nl of bel: Sorgente:030- 634 6262

Uw Facilitair bedrijf: Sorgente ……..
……..

Soort voeding
…….

Hoeveelheid:
……..

Duur
machtiging:…….

Met vriendelijke groeten,

Afdeling Diëtetiek :
Tineke van Ass
Brigit van der Horst-de Kubber
Petra Kuipers
Melissa Mol
Janine van Nieuwenhuijzen

VAN WEEL-BETHESDA
ziekenhuis

Stationsweg 22
3247 BW Dirksland
www.vanweelbethesda.nl

Telefoon algemeen	0187 60 73 00
Telefoon afsprakenbureau	0187 60 23 55
Telefoon afsprakenbureau röntgen	0187 60 74 99

Polikliniek Dirksland

Ingang Secretarieweg

Telefoon afsprakenbureau	0187 60 23 55
Telefoon afsprakenbureau röntgen	0187 60 74 99

Polikliniek Hellevoetsluis

Vliet 4
3224 HE Hellevoetsluis

Telefoon afsprakenbureau	0187 60 23 55
Telefoon afsprakenbureau röntgen	0187 60 74 99

Polikliniek Brielle

Amer 21
3232 HA Brielle

Telefoon afsprakenbureau	0187 60 23 55
Telefoon afsprakenbureau röntgen	0187 60 74 99

Het Van Weel-Bethesda Ziekenhuis levert excellente basiszorg aan de inwoners van Goeree-Overflakkee en westelijk Voorne-Putten. Het ziekenhuis heeft haar hoofdvestiging in Dirksland en poliklinieken in Hellevoetsluis en Brielle. Gastvrije, deskundige zorg met compassie en respect voor de patiënt en zijn naasten is het uitgangspunt in onze dagelijkse omgang met patiënten. Om de beste zorg te leveren, werken we nauw samen met andere ziekenhuizen en zorgaanbieders in de regio Zuid-Holland Zuid met als motto goede zorg dichtbij als het kan, ver weg als het moet. Daarnaast levert Het Van Weel-Bethesda Ziekenhuis samen met CuraMare een compleet pakket aan zorg, van geboorte tot de laatste fase.