

Eten en drinken in het dialysecentrum

Patiënteninformatie diëtetiek

Eten en drinken in het dialysecentrum

Inleiding

In het dialysecentrum van het Bravis ziekenhuis zorgen wij ervoor dat elke dialysepatiënt de juiste voeding in de juiste hoeveelheid en op de juiste tijd krijgt. Goede voeding hoort bij een optimale behandeling, want voeding heeft invloed op uw gezondheid. Deze folder geeft u algemene informatie over eten en drinken op de dialyseafdeling.

Welke dieetadviezen krijgt de dialysepatiënt?

Als uw nieren niet goed meer werken, heeft dat consequenties voor uw voeding. Afvalstoffen kunnen niet of onvoldoende worden uitgescheiden. Ze hopen zich op in het bloed. Een vocht- en zoutbeperkte voeding voorkomt dat u te veel vocht vasthoudt en helpt uw bloeddruk onder controle te houden. Soms is het nodig de hoeveelheid kalium in de voeding te beperken. Heeft u minder zin in eten of last van misselijkheid, dan is het belangrijk dat u meerdere keren per dag iets (eiwit- en energierijks) eet, vooral tijdens de dialysebehandeling. Eiwitrijke voedingsmiddelen zijn belangrijk voor uw spieren, maar bevatten vaak veel fosfaat. Een hoog fosfaatgehalte in het bloed kan leiden tot botproblemen en bloedvatverkalking. Het is dus verstandig wel eiwitrijk te eten, maar hierbij een fosfaatbinder te gebruiken (op advies van uw arts / diëtist). In het assortiment dat wij op de dialyseafdeling aanbieden is rekening gehouden met al deze aandachtspunten.

Uitgangspunten

- De aangeboden maaltijden en dranken en de wijze waarop maaltijden en vocht op de dialyseafdeling verstrekt worden zijn gezonde voorbeelden. Hierdoor is het voor u gemakkelijker de voedingsadviezen ook toe te passen in de thuissituatie.
- Wij willen u zoveel mogelijk in staat stellen het leven te leiden zoals u dat het liefste zou doen en zelf keuzes te maken. Het is dan wel belangrijk dat u weet wat voor effect uw ziekte heeft op uw gezondheid en de consequenties die dit heeft voor de keuzes ten aanzien van uw voeding. Om u daarbij te helpen, kunnen er individuele afspraken gemaakt worden tussen u en de diëtist.
- Bent u ernstig ziek (of opgenomen in het ziekenhuis), dan is meerdere keren per dag eiwit- en energierijk eten belangrijk. De diëtist van de (dialyse)afdeling adviseert u welke voedingsmiddelen het meest geschikt zijn om uw herstel te bevorderen. Naast het gebruikelijke assortiment biedt de voedingsassistent eiwit- en energierijke tussendoortjes en drinkvoeding aan.

Voedingsbeleid op de dialyseafdeling

U kunt zelf een keuze maken uit het assortiment.

De voedingsassistent biedt u het volgende aan tijdens de dialysebehandeling:

- één broodmaaltijd
- één keer een tussendoortje

tenzij op medische indicatie iets anders nodig is.

De overige maaltijden (ontbijt ochtendgroep, lunch middaggroep) dient u thuis te gebruiken of van thuis mee te nemen. U bent zelf verantwoordelijk voor het meenemen en innemen van medicatie (bijvoorbeeld fosfaatbinders) tijdens de dialysebehandeling. Alleen als de medicatie vergeten is, kunt u de verpleegkundige vragen om een fosfaatbinder bij een eiwitrijk tussendoortje of de maaltijd.

Wist u dat...

- het eten en drinken dat tijdens de dialyse wordt gegeten niet meteen wordt uitgedialyseerd? Het duurt enkele uren voordat het eten is verteerd en in uw bloed is opgenomen. De dialyse is dan al voorbij.
- wij dranken serveren in kleine glazen en kopjes zodat het voor u gemakkelijker is om ook tijdens de dialysebehandeling matig te zijn met drinken? Op deze manier doen we er alles aan om het onttrekken van vocht tijdens de dialyse zo gemakkelijk mogelijk te maken. Heeft u geen vochtbeperking, dan geldt dit natuurlijk niet voor u.
- het weglaten van zout uit de voeding helpt om de bloeddruk onder controle te houden / krijgen en helpt bij het beperken van uw vochtinname. Als u veel zout gebruikt, krijgt u dorst en gaat u meer drinken. Het overtollige vocht hoopt zich op in het lichaam. U raakt overvuld. Eten met minder zout is vaak een kwestie van wennen aan de nieuwe smaken.
- u elke dag weer opnieuw eiwit nodig heeft voor een goede spieropbouw? Spiereiwitten worden namelijk dagelijks afgebroken en weer vernieuwd. Omdat u eiwitten verliest tijdens de dialyse heeft u juist dan ook extra eiwit nodig. Daarom heeft u de keuze uit eiwitrijke tussendoortjes.
- dat eiwitrijke tussendoortjes vaak veel fosfaat bevatten. Drie maal per week dialyseren is onvoldoende om het fosfaat goed uit te spoelen. Uw arts of diëtist adviseert daarom meestal om fosfaatbinders te gebruiken. Wij adviseren u, als u fosfaatbinders voorgeschreven heeft gekregen, om ook tijdens de dialyse bij uw maaltijd of eiwitrijke tussendoortje een fosfaatbinder te gebruiken.

Wilt u informatie over de aandachtspunten ten aanzien van uw eigen specifieke voeding of heeft u vragen na het lezen van deze folder dan kunt u via de verpleegkundige een gesprek aanvragen met de diëtist.

Bron: VUmc©

03/25