

Voeding bij kanker

De palliatieve fase

Als u een ongeneeslijke en levensbedreigende aandoening heeft, kunt u palliatieve zorg ontvangen om de kwaliteit van leven van u en uw naaste zo mogelijk te behouden of verbeteren. Klachten en ongemakken die kunnen we mogelijk voorkomen of verlichten. Een reden temeer om zo vroeg mogelijk in de palliatieve fase te vragen voor een verwijzing naar de afdeling diëtetiek. De voedingsbehandeling en zorg zijn in deze periode vooral gericht op verminderen van hinderlijke klachten en het bieden van ondersteuning bij problemen die zich in deze periode voor (kunnen). De duur en belasting van de ondersteuning kunnen we samen afwegen tegen het te verwachten effect op uw kwaliteit van leven. Hoe lang de palliatieve fase duurt, verschilt per patiënt en per ziektebeeld.

De rol van de diëtist in de palliatieve fase

Wat wij u kunnen bieden in de palliatieve fase is een afstemming van wat u wilt en kunt, gericht op het behouden of verbeteren op de kwaliteit van leven en uw welbevinden. Hierbij is het sociale element van voeding ook belangrijk. Eten hoeft niet meer als 'moeten' te worden gezien, maar als iets waarvan u nog kunt genieten. In deze fase is het belangrijk uw naasten te betrekken en samen tot een plan te komen. Wij kunnen u en uw naasten hierin handvaten geven over wat nog mogelijk is.



Omgaan met smaak- en reukveranderingen

Tijdens ziekte kunnen uw smaak- en reukzin veranderen. Voedingsmiddelen kunnen nu anders smaken/ruiken of hebben juist geen smaak/geur meer. Het is zelfs mogelijk dat u een afkeer krijgt voor bepaalde voedingsmiddelen die u voorheen lekker vond.

Als u dit overkomt, kunt u op de volgende punten letten:

- Verbeter uw smaak door goed te kauwen.
- Het kan zijn dat u een extreme smaakvoorkeur of – beleving heeft op dit moment. Probeer verschillende producten uit en experimenteer met kruidige, zoute, zure en zoete producten. Denk hierbij bijvoorbeeld aan het eten van augurken of een theelepeltje zout meer of juist minder in de soep.
- Producten die warm zijn, kunt u over het algemeen beter ruiken en proeven dan producten die koud zijn. Is uw smaak verminderd? Dan kunt u beter producten warm eten. Heeft u juist een afkeer tegen bepaalde producten? Probeer deze dan koud te eten.

Een pijnlijke mond of keel

Ontstoken slijmvliezen kunnen zorgen voor een pijnlijke mond of keel. Het slijmvlies kan opgezet of rood zijn en er kunnen zweren ontstaan. Zo'n ontsteking kan een gevolg zijn van de behandeling of de plaats van de tumor.

Enkele praktische tips:

- Neem bij het eten steeds kleine stokjes water of een andere drank.
- Kruid het eten niet te scherp.
- Vermijd zoute voedingsmiddelen.
- Koel warme dranken en gerechten af tot kamertemperatuur.
- Gebruik ijs, ijsklontjes of koude producten, deze zijn prettig om te gebruiken.
- Vermijd koolzuurhoudende en (sterk)alcoholische dranken.

Patiënteninformatie

- Vermijd sinaasappel(sap) en grapefruit(sap), deze kunnen te zuur zijn.
- Doop krokante voedingsmiddelen en harde korsten in melk, niet te zoute bouillon of soep, om ze zachter te maken.
- Verander de consistentie van uw eten als slikken lastig gaat. Kies dan voor vloeibare of gemalen producten, zoals een maaltijdsoep of stampot.

Voor meer adviezen rondom een pijnlijke mond of keel kunt u altijd contact opnemen met de diëtist, mondhygiënist of logopedist. Hiervoor kunt u een verwijzing vragen bij uw behandelend arts.

Contact

De voorgaande informatie helpt u een goede keuze te maken als het gaat om voeding tijdens de palliatieve fase. U kunt uw voeding altijd bespreken met de arts of verpleegkundige. Zij kunnen voor u een diëtist inschakelen. Heeft u vragen over voeding tijdens de palliatieve fase bij kanker? Neem dan gerust contact op met het secretariaat van de Afdeling Diëtetiek.

Afdeling diëtetiek T 043 387 71 88
E dietetiek@mumc.nl

Schrijf hier eventueel uw vragen op.

Websites

- www.mumc.nl
- wiki.mumc.nl/dietetiek
- www.oncologie.mumc.nl
- www.voedingenkankerinfo.nl
- www.kanker.nl

Odin 043142 / uitgave januari 2017

Bezoekadres
P. Debyelaan 25
6229 HX Maastricht

Postadres
Postbus 5800
6202 AZ Maastricht

Algemeen telefoonnummer
043-387 65 43
www.mumc.nl