Erasmus MC
Universitair Medisch Centrum Rotterdam

Centrumlocatie
Daniel den Hoed Oncologisch Centrum

Bij uw opname in het ziekenhuis is naar uw voedingstoestand gekeken. U bent gemeten en gewogen en er is aan u gevraagd of bent afgevallen in het afgelopen half jaar. Ook is nagegaan of u door uw ziekte minder bent gaan eten. Hieruit is gebleken dat u risico loopt op ondervoeding.

Wat is ondervoeding

Bij ondervoeding bent u te mager, bent u onbedoeld afgevallen en/of bent u minder gaan eten dan u gewend bent. Ook als u zwaarder bent dan u zou willen, is afvallen niet altijd de bedoeling. Juist wanneer u ziek bent, is het belangrijk alle voedingsstoffen in voldoende mate in te nemen. Uw conditie en weerstand kunnen afnemen wanneer u dat niet doet. Ook heeft u meer kans op ontstekingen en herstelt een wond langzamer. Eet u te weinig, dan spreekt uw lichaam zijn reserves aan, waardoor u kunt afvallen. U verliest eerst spiermassa, geen lichaamsvet. Gewichtsverlies vertraagt uw herstel en kan ervoor zorgen dat een behandeling minder goed aanslaat. Het is daarom belangrijk dat uw voedingstoestand zo goed mogelijk is wanneer u ziek bent.

Behandeling van ondervoeding

Vooral als u misselijk bent en/of geen trek heeft in eten, is voldoende eten erg moeilijk. Om afvallen te voorkomen is het toch belangrijk dat u probeert genoeg calorieën en eiwitten te gebruiken.

Ondervoeding bij ziekte tijdens opname

Daarom wordt er door de voedingsassistent of de verpleegkundige een energie- en eiwitverrijkt dieet voor u besteld. Calorieën zijn nodig voor voldoende energie. Eiwitten zijn nodig voor de opbouw van spieren.

Wat kunt u doen

Belangrijk is dat u 3 keer per dag een maaltijd eet: ontbijt, warme maaltijd en broodmaaltijd. Naast deze maaltijden moet u proberen iets tussendoor te nemen. U kunt de voedingsassistente of de verpleegkundige hierom vragen.

Tijdens uw opname wordt bijgehouden wat u per dag eet en drinkt. Ook wordt u regelmatig gewogen. Wanneer u niet voldoende calorieën en eiwitten gebruikt of wanneer u afvalt, wordt een diëtist gevraagd u hierin verder te helpen.
In sommige gevallen wordt een diëtist direct bij uw opname gevraagd u te begeleiden.

Vragen

Heeft u nog vragen of wilt u meer weten hierover, dan kunt u gerust de verpleegkundige en/of diëtist vragen.

Aan de inhoud van deze folder kunnen geen rechten worden ontleend

© Erasmus MC - Patiëntencommunicatie - 09/10

Erasmus MC
‘s Gravendijkwal 230
3015 CE Rotterdam
Tel (010) 704 0 704
www.erasmusmc.nl

Erasmus MC - Daniel den Hoed
Groene Hilledijk 301
3075 EA Rotterdam
Tel (010) 704 0 704
www.erasmusmc.nl

0000027