

## Dieetpreparaten thuis

U krijgt in deze folder informatie over het gebruik van dieetpreparaten in de thuissituatie.

### Wat zijn dieetpreparaten?

Dieetpreparaten zijn voedingsmiddelen die qua samenstelling afwijken van normale voeding en die niet in de supermarkt verkrijgbaar zijn. Dieetpreparaten zijn er in verschillende vormen, zoals drinkvoeding of poeders.

### Drinkvoeding

Drinkvoeding is aanvullende of volledige, vloeibare voeding in flesjes. Het bestaat op basis van melk, yoghurt en sap en het is er in veel verschillende smaken en volumes. Het bestaat ook in vla- en soepvarianten.

### Poeders

Er zijn verschillende dieetpreparaten in poedervorm om de voeding mee te verrijken. Deze kunnen verschillen van samenstelling.

### Wanneer dieetpreparaten?

Als u zelf niet voldoende kunt eten, bijvoorbeeld door ziekte, herstel na operatie of bij slikklachten.

### Diëtist

Uw diëtist in het ziekenhuis heeft voor u dieetpreparaten aangevraagd via:

- Uw apotheek
- MediqTefa  
(facilitair bedrijf 030 282 12 23)
- Sorgente  
(facilitair bedrijf 030 634 62 62)
- .....

Soort dieetpreparaat:

- Drinkvoeding,  
soort: .....
- Poedervorm,  
soort: .....
- Overig, nl: .....

Advies aantal / hoeveelheid per dag: .....

.....  
.....

Wanneer de eerste levering dieetpreparaten op is, kunt u (telefonisch) contact opnemen met uw apotheek / facilitair bedrijf om nieuwe te bestellen.

De machtiging (soort recept) voor de dieetpreparaten is geldig t/m .....

Heeft u na deze datum nog steeds dieetpreparaten nodig? Neem contact op met:

- Diëtist van het ziekenhuis
- Huisarts of diëtist bij u in de buurt

### Controleer uw gewicht

Om te weten of u voldoende voeding krijgt, is het gewichtsverloop belangrijk. Weeg uzelf daarom, indien mogelijk, 1x per week. Het liefst steeds op hetzelfde moment van de dag. Mocht uw gewicht meer dan 2 kg afnemen, neem dan contact op met uw diëtist.

### Vragen

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen? Neem dan gerust contact op met de diëtist. Zij wil uw vragen graag beantwoorden.

Afdeling diëtetiek ZGT  
Telefoonnummer: 088 708 32 20  
Bereikbaar op werkdagen van 8.30 - 10.00 uur en van 13.30 - 14.30 uur.  
E-mail: [dietisten@zgt.nl](mailto:dietisten@zgt.nl)

#### Almelo

Zilvermeeuw 1  
Postbus 7600  
7600 SZ Almelo

#### Hengelo

Geerdinksweg 141  
Postbus 546  
7550 AM Hengelo

 [facebook.com/ZGTinfo](https://facebook.com/ZGTinfo)

 [twitter.com/ZGT\\_info](https://twitter.com/ZGT_info)

 [linkedin.com/company/zgt](https://linkedin.com/company/zgt)

 [youtube.com/user/ZGTinfo](https://youtube.com/user/ZGTinfo)

 [zgt.nl](http://zgt.nl) - [zgt.nl/mijnzgt](http://zgt.nl/mijnzgt)

### Tips bij het gebruik van drinkvoeding

- Schud de drinkvoeding goed voor gebruik.
- Drink de drinkvoeding rustig, neem af en toe een paar slokjes. Dit voorkomt een vol gevoel.
- Indien u de drinkvoeding als aanvulling op uw gewone voeding gebruikt, neem de flesjes dan tussen de maaltijden door.
- De zoete smaak vermindert door de drinkvoeding koud te drinken.
- Drinkvoeding mag buiten de koelkast bewaard worden. Indien u het koud wilt drinken, zorg dan dat er een paar flesjes in de koelkast staan.
- Smaken als koffie, chocolade, cappuccino, vanille en mokka kunnen ook warm gedronken worden. De drinkvoeding kan opgewarmd worden in de magnetron of in een pannetje. Laat het niet koken. De soepvariant kunt u ook opwarmen.
- U kunt ijsjes maken van drinkvoeding door het in te vriezen in ijsvormpjes.
- Drinkvoeding kan verdund worden met karnemelk, melk, yoghurt, vruchtensap, ijsblokjes of water. In dat geval neemt het volume wel toe.
- Geopend is drinkvoeding, mits de dop op het flesje zit, 24 uur houdbaar in de koelkast en twee uur buiten de koelkast.
- De houdbaarheidsdatum geldt voor bewaren op kamertemperatuur.

### Mogelijke bijwerkingen

#### *Diarree*

Gebruikers van drinkvoeding hebben soms last van diarree. Doorgaans wordt diarree echter niet veroorzaakt door de drinkvoeding, maar door ziekte, de bijwerkingen van de medicatie of de behandeling, zoals chemotherapie of radiotherapie. Heeft u toch diarree als gevolg van drinkvoeding, dan kan het helpen de drinkvoeding (nog) beter te spreiden over de dag.

#### *Slijmvorming*

Zoete melkproducten laten een plakkerig gevoel in de mond achter. Dit voelt slijmerig aan en kan als vervelend ervaren worden. Door na het drinken van drinkvoeding de mond te spoelen met water, of een andere dunne drank, verdwijnt het plakkerige gevoel.

### Tips bij het gebruik van poeders

- Poeder kan verwerkt worden in koude en warme dranken of gerechten. In warme dranken lost het poeder het beste op.
- Poeder kunt u rechtstreeks toevoegen aan dranken. Roer goed.
- Wanneer u poeder wilt toevoegen aan lepelbare voedingsmiddelen (zoals kwark, yoghurt, vla, appelmoes etcetera), maak dan eerst een papje van het poeder met een beetje water. Voeg dit papje toe aan het voedingsmiddel en roer goed. Het papje zorgt ervoor dat het poeder beter oplost.