

# Voedingsadvies bij langdurige neutropenie

Voor hematologie patiënten

Uw behandelend arts heeft een behandeling voorgesteld waarbij uw afweer tijdelijk afneemt. Deze periode noemen we de 'dip' fase, oftewel neutropenie. Tijdens deze periode is een verhoogde kans op een infectie aanwezig. Ook de kans op een voedselinfectie is hierdoor groter. Om de kans op een infectie te verminderen is een voedingsadvies opgesteld.

### Voedingsadviezen tijdens de opname op verpleegafdeling A5

- bezoek mag geen zelfbereide maaltijden/salades van thuis meebrengen;
- kant-en-klaarmaaltijden in gesloten portieverpakkingen zijn toegestaan, mits deze gekoeld vervoerd zijn (koelbox);
- warme maaltijden moeten meteen worden genuttigd en mogen niet opnieuw verhit worden;
- eet geen rauw vlees/vleeswaren, rauwe vis, rauwe schelpdieren, voorverpakte gerookte vis;
- gepasteuriseerde kazen mogen gegeten worden;
- alleen hard gekookte of geheel doorbakken eieren zijn toegestaan;
- kraanwater en ijsblokjes zijn toegestaan;
- gebruik geen probiotica zoals Yakult, Vifit, Actimel en Activa;
- gekoelde producten dienen binnen twee uur te worden genuttigd;
- geopende (gepasteuriseerde) zuivelproducten mogen, mits gekoeld bewaard, binnen 24 uur gebruikt worden;
- geopende vruchtensappen mogen, mits gekoeld bewaard, binnen 48 uur gebruikt worden;
- alle fruitsoorten zijn toegestaan, mits onbeschadigd en goed gewassen;
- alleen verpakt ijs in mono verpakking is toegestaan; geen softijs of schepijs;
- gerechten uit het bezoekersrestaurant/personeelsrestaurant mogen genuttigd worden, mits deze voldoen aan bovenstaande richtlijnen.

Het kan zijn dat u tijdens de behandeling onvoldoende voeding binnenkrijgt. Dit kan verschillende oorzaken hebben: gebrek aan eetlust, misselijkheid, pijn of slikklachten. U krijgt in dat geval extra vocht via een infuus toegediend. Alleen in uitzonderlijke situaties is het nodig om te starten met voeding via de centraal veneuze katheter. Vaak verbetert de voedingsinname op het moment dat het beenmerg hersteld is. De diëtiste kan op aanvraag bij u langs komen voor een kennismakingsgesprek. Zij geeft voorlichting over (bij)voeding en bespreekt uw voedingswensen.



Op elke patiëntenkamer is een koelkast aanwezig. Wij raden u aan om deze ook te gebruiken. U krijgt op vaste tijden maaltijden en drank aangeboden. Het is belangrijk om 1,5 tot 2 liter vocht per dag binnen te krijgen. Voor meer tips vraag naar de informatie folder *'Gewichtsverlies en kanker'*.

## Voedingsadviezen voor thuis

U kunt met ontslag als het beenmerg weer voldoende witte bloedcellen aanmaakt en als u niet meer afhankelijk bent van toediening van vocht of medicijnen via het infuus. In principe mag u thuis weer alles eten, tenzij u voor de opname ook al een speciaal dieet volgde (zoals een zoutarm dieet).

Als u naar huis gaat zorg dan voor een gezonde en gevarieerde voeding. Belangrijk is dat u hygiënisch omgaat met het bereiden van voedsel, vooral de eerste weken nadat u thuis bent. Was vóór de bereiding van het eten en het nuttigen van de maaltijd goed uw handen. Zorg dat vuile en rauwe producten apart liggen van schone en bereide producten. Bewaar producten zoals beschreven op de verpakking en gebruik ze niet meer na de uiterste houdbaarheidsdatum. Dek voedsel af, ook in de koelkast. Bewaar een van te voren bereid gerecht maximaal twee dagen afgedekt in de koelkast. Als u ergens anders gaat eten, let er dan ook op dat het eten hygiënisch bereidt is.

Door de chemotherapie kan er een smaakverandering of smaakverlies optreden. Wat vroeger lekker smaakte, vindt u nu misschien niet meer lekker en omgekeerd. De smaak is vaak overheersend bitter en zoet wordt minder geproefd. Daarbij neemt de gevoeligheid voor geuren toe. Het is vooral uitproberen wat wel of niet (meer) smaakt.

## Contact

Indien u behoefte heeft aan aanvullende informatie folders vraag deze dan aan de verpleegkundige of kijk op de website. Mocht u daarnaast nog vragen hebben kunt u te allen tijde terecht bij uw behandelend arts of verpleegkundige van verpleegafdeling A5.

## Websites

[www.mumc.nl](http://www.mumc.nl)

[www.hematologie.mumc.nl](http://www.hematologie.mumc.nl)

[www.oncologie.mumc.nl](http://www.oncologie.mumc.nl)

[www.voedingenkankerinfo.nl](http://www.voedingenkankerinfo.nl)

[www.kanker.nl](http://www.kanker.nl)

[www.hematon.nl](http://www.hematon.nl)

*Odin 046794 / uitgave januari 2018*

Bezoekadres  
P. Debyelaan 25  
6229 HX Maastricht

Postadres  
Postbus 5800  
6202 AZ Maastricht

Algemeen telefoonnummer  
043-387 65 43  
[www.mumc.nl](http://www.mumc.nl)