



Voedingsadviezen bij een stent in de slokdarm, maag of 12-vingerige darm

Om passage van voedsel weer mogelijk te maken is er een buis/ stent in de slokdarm, maag of 12-vingerige darm geplaatst. Het is belangrijk dat een verstopping van de stent door voedingsbestanddelen voorkomen wordt.

Na het plaatsen van de stent

De stent heeft na de plaatsing tijd nodig om te ontplooiën. Het is daarom belangrijk dat U rekening houdt met eten en drinken.

- U mag beginnen met het drinken van water.
- Na twee uur, als u geen klachten ondervindt van het water mag u vloeibare voeding.
 - Vloeibare voeding is:
 - Vla/yoghurt
 - Dranken
 - Bouillion
- Na 24 uur, indien in geen klachten ondervindt bij het eten en drinken van vloeibare voeding, mag u dit weer aanpassen tot zo normaal mogelijk eten.

Algemene opmerkingen

- Neem de tijd voor het gebruik van de maaltijden. Snijd voedsel fijn. Eet langzaam en kauw goed.
- Kook uw eten goed gaar
- Ga tijdens het eten goed rechtop zitten. Het voedsel kan zo sneller de stent passeren
- Zorg dat u altijd iets te drinken heeft bij de maaltijden. Zodra u denkt dat er iets blijft steken, neem dan een slok drinken.
- Eet regelmatig (6x per dag) een kleine maaltijd, dat wil zeggen dat u naast de hoofdmaaltijden ook tussenmaaltijden moet gebruiken.
- Eet liever geen eten waarin stukken zitten die kunnen blijven steken, bijvoorbeeld:
 - stukjes bot in diverse vleessoorten zoals karbonade, krabbetjes, spare ribs en kip;
 - visgraten;
 - harde korsten;
 - rolletjes vleeswaren o.a. rosbief, fricandeau en rookvlees (maak er altijd kleine stukjes van);



- harde brokjes o.a. brokjes fruit, niet gare aardappelen, grote stukken groente, zuurtjes, dropjes, toffee, pinda's en noten;
- kleffe voedingsmiddelen o.a. vers witbrood en niet gare pannenkoeken;
- stugge vellen en draden van o.a. sinaasappelen en asperges; u kunt wel (vers) sinaasappelsap gebruiken.
- Ga niet met een volle maag naar bed. U kunt 's avonds nog wel een kleine tussenmaaltijd nemen.
- In principe is er geen bezwaar tegen het gebruik van alcoholische dranken.
- Koolzuurhoudende dranken zijn geen bezwaar. Het vergemakkelijkt het opboeren van lucht, wat een gevoel van opluchting met zich mee kan brengen.
- Slijmvorming kunt u verminderen door zure melkproducten en geen zoete melkproducten te gebruiken zoals yoghurt of karnemelk in plaats van vla of melk. U kunt slijmvorming verder tegen gaan door water, thee, koffie, limonade, vruchtensap of ananassap te drinken. Ook spoelen met of drinken van kamillethee kan helpen slijmvorming tegen te gaan.
- Bij blijvende passageproblemen:
 - gebruik zonodig de gehele warme maaltijd gemalen of ga over op vloeibare voeding;
 - gebruik in overleg met de diëtist aanvullende drinkvoeding.

De keuze van voedingsmiddelen

Broodsoorten:

- Alle broodsoorten met uitzondering van vers witbrood zijn toegestaan.

Smeersel en beleg:

- Gebruik soorten broodbeleg die makkelijk passeren zoals: smeerkaas, smeerworst, paté, leverpastei, sandwichspread, jam, stroop en marmelade en dergelijke.

Melk en melkproducten:

- Alle papsoorten zijn toegestaan.
- Alle soorten melk, karnemelk, vla, kwark, ijs en yoghurt zonder grote stukken vruchten of noten zijn toegestaan.
- U kunt aan melkgerechten gemixed fruit of vruchtenmoes toevoegen.

Fruit en vruchtensappen:

- U kunt alle fruitsoorten eten mits u deze zeer goed kauwt. Wees voorzichtig met de vruchtvliezen van sinaasappelen en grapefruit. U kunt de vruchten ook tot moes koken.
- Wees voorzichtig met zure vruchtensappen, zoals sinaasappel-, citroen- en grapefruitsap. Het is mogelijk dat scherp zure vruchtensappen pijn veroorzaken. U kunt de zure smaak verzachten door een scheutje room of roosvicee toe te voegen.
- Wees voorzichtig met gedroogde vruchten, zoals tutti frutti, vijgen en dadels. Deze kunnen verstopping geven. Rozijnen en krenten gaan wel als u ze goed kauwt.



Vlees, vis, kip, ei:

- Alle soorten zijn toegestaan, indien u voorzichtig bent met botten en graten. Over het algemeen passeren kipvlees en vis beter dan (draderig) vlees.
- Mocht blijken dat heel klein gesneden vlees naar uw gevoel niet goed passeert, dan kunt u het vlees alsnog malen. In het laatste geval is het aan te raden, een staafmixer of een vleesmolen aan te schaffen.

Groente:

- U kunt goed gaar gekookte groente gebruiken. Maak er een gewoonte van de groente klein te snijden.
- Vezelige groenten als: doperwtten, kleine champignons, peulvruchten, maïskorrels, kleine spruiten, draderige asperges, zuurkool en bleekselderij kunnen passage klachten geven.

Aardappelen:

- Goed kruimig gekookt of in pureevorm. Deze zijn te vervangen door rijst, pasta zoals macaroni en spaghetti en dergelijke.

U kunt u warme maaltijd smeüiger maken door jus, saus, melk, bouillon of room toe te voegen. U kunt eventueel een staafmixer of keukenmachine gebruiken om het eten finer te maken.

Alle dranken zijn toegestaan.

Vragen?

Heeft u na het lezen van deze brochure vragen over voeding? Dan kunt u terecht bij de diëtisten van Gelre ziekenhuizen:

Naam diëtist: Datum:

- **Gelre Apeldoorn**, tel: 055 - 581 80 80
maandag t/m vrijdag 9.00 – 12.00 uur en 13.00 – 14.00 uur
- **Gelre Zutphen**, tel: 0575 - 592 487
maandag t/m vrijdag: 8.30 - 10.00 uur en 13.00 - 14.00 uur

Vragen van medische aard kunt u het beste stellen aan uw huisarts of specialist.