



Zorg met Goede Voeding - Zegt u maar wat u wilt eten

Het unieke van ons maaltijdsysteem 'Zorg met Goede Voeding' is dat u zelf uw maaltijd samen kunt stellen aan de hand van de menukaart. Nadat u uw keuze heeft gemaakt, belt u de bestelling door naar het maaltijd-servicecentrum en wordt uw bestelling binnen 45 minuten bezorgd. U kunt bellen naar 4401 of met de sneltoets op de telefoon.

Eten tijdens de dialysebehandeling

U kunt tijdens de dialysebehandeling een kleine maaltijd bestellen. Uit onderzoek is zelfs gebleken dat uw lichamelijke conditie beter behouden blijft als u tijdens de dialyse ongeveer 15-20 gram eiwit gebruikt.

Wij stimuleren dan ook het gebruik van een kleine maaltijd tijdens de dialysebehandeling. Voor de veiligheid zijn wel een aantal spelregels nodig.

Spelregels

1. U kunt bellen zodra alle patiënten op uw unit zijn aangesloten. Dit komt over het algemeen neer op:
 - dialyseert u in de ochtendgroep, dan kunt u bellen tussen 08:45 en 11:45 uur.
 - dialyseert u in de tussengroep, dan kunt u bellen tussen 09:30 en 12:30 uur.
 - dialyseert u in de middaggroep, dan kunt u bellen tussen 15:15 en 18:15 uur.
2. Heeft u een medewerker van het maaltijdservicecentrum aan de lijn, geef dan de volgende gegevens door:
 - uw naam
 - unit en stoelnummer
 - uw bestelling
 - eventueel de tijd waarop u de bestelling wilt ontvangen.Er is al bekend welk dieet u heeft.

3. Het ziekenhuis moet voor de voedselverstrekking voldoen aan de HACCP. Dit is een wettelijk voorgeschreven voedselveiligheidssysteem. Hiermee wordt voorkomen dat de voedselveiligheid in gevaar komt. Om deze reden is het niet toegestaan eten en drinken dat u via het ziekenhuis heeft gekregen mee naar huis te nemen. U moet uw bestelling dus op de dialyseafdeling gebruiken.

De menukaart 'dieet bij nierfalen en hartfalen'

De duur van de dialysebehandeling is te kort is om alle afvalstoffen en zouten die u tijdens de dialyse gebruikt ook weer uit uw bloed te filteren. Daarom is het belangrijk dat u ook tijdens de dialysebehandeling rekening houdt met uw dieet.




Voor patiënten met nierfalen is een aparte menukaart opgesteld. U krijgt de menukaart persoonlijk uitgereikt en u kunt deze in uw trommel bewaren. Wilt u ook een exemplaar voor thuis, vraag dan een extra exemplaar. Wordt u in het ziekenhuis opgenomen? Meld dan bij de verpleegkundige dat u een dieet heeft bij nierfalen en vraag om de juiste menukaart.

Er is een uitgebreid assortiment en we gaan er van uit dat er voor 'elk wat wils' wordt aangeboden. Bent u de Nederlandse taal niet machtig, dan hebben we voor u een menukaart met afbeeldingen. Uiteraard kunt u ook uw familie vragen in het communicatieschrift te noteren wat u de volgende dialyse wilt eten en drinken.

Afgestemd op uw dieet

U kunt zelf elke dialysebehandeling opnieuw beslissen wat u van de menukaart bestelt. Het gehele aanbod is in principe inpasbaar binnen uw dieet. Het aanbod is afgestemd op uw dieet, en dan met name op de beperking van zout (natrium). Dit is uitermate belangrijk voor de regulatie van uw bloeddruk en het beperken van uw dorstgevoel.



1. Voor een aantal productgroepen geldt een maximale hoeveelheid die u kunt bestellen:
 - a. U kunt maximaal 2 porties vleesbeleg of kaas per snee brood (of broodvervanging) bestellen.
Voor overig beleg geldt 1 portie per snee brood.
 - b. Uit de groep fruit kunt u maximaal 1 portie per dag bestellen.
 - c. Op het menu staan een aantal smaakmakers en dressings. Per maaltijd kunt u maximaal één zoutbevattend product kiezen. Het gaat hierbij om geraspte kaas, mosterd, fritessaus, tomatenketchup, dressing naturel en dressing yoghurt.
 - d. Bij de warme maaltijd heeft u de keuze uit de weerschotel òf een maaltijd die u samenstelt uit het menu van de dag (per seizoen) of de basiskaart. U kunt per dag slechts 1 portie vlees, vis, kip of vegetarische vervanging kiezen. Kiest u de weerschotel, dan zit het vlees of de vleesvervanging er vaak al in verwerkt.
2. De gerechten van de warme maaltijd worden over het algemeen zonder zout bereid. Daarnaast is de afspraak met de keuken dat er geen kaliumzout of producten met toegevoegd kaliumzout worden gebruikt.
3. Kaliumrijke voedingsmiddelen worden op de menukaart aangeduid met .
Heeft u het advies gekregen kalium in uw voeding te beperken, dan is het raadzaam minder producten met een  te nemen. Andersom, heeft u extra kalium nodig, dan kunt u juist meer van deze producten gebruiken.
4. Eiwitrijke producten worden aangeduid met een .

Waar moet u op letten?

1. Het eerste drankrondje kort nadat u bent aangesloten, wordt door de dialyseverpleegkundige verzorgd. U kunt een kopje thee of koffie krijgen. Wilt u liever iets anders drinken of nog even wachten, dan kunt u dit (later) via de maaltijdservice bestellen.

Heeft u een vochtbeperking of moet er tijdens de dialyse vocht onttrokken worden, let er dan op dat u niet meer dan twee tot maximaal drie vochtverstrekkingen gebruikt. Let op: ook fruit moet u als vocht meetellen.

Als er vaak veel vocht onttrokken moet worden, worden voor u vochtverstrekkingen met een kleiner volume aangevraagd.

Bij het instellen van de hoeveelheid vocht dat onttrokken moet worden, telt de verpleegkundige in het algemeen 500-700 ml als compensatie voor het vocht wat u tijdens de dialyse gebruikt.

2. Er wordt geen soep of bouillon aangeboden. Dit heeft een aantal redenen. Soep levert veel zout en vocht en verder weinig 'goede' voedingsstoffen. Regelmatig wordt na afloop van de dialysebehandeling het streefgewicht niet behaald en blijft er een restant vocht achter. Dit is nadelig voor uw gezondheid. Gebruik van soep versterkt dit probleem, zodat wij gebruik van soep tijdens en na de dialysebehandeling afraden en daarom niet verstrekken.
3. Als u eet gaat heeft uw maag-darmkanaal extra bloed nodig voor de vertering van uw maaltijd. Omdat er tijdens de dialyse ook een deel van uw bloed buiten uw lichaam om door de kunstnier loopt, ontstaat het risico dat uw bloeddruk (te veel) daalt. Onze ervaring is dat u meer kans loopt op klachten naarmate de maaltijd groter of zwaarder verteerbaar is. Wat een te grote maaltijd is, valt niet te zeggen. Dit is individueel bepaald. Wel ontstaan eerder klachten bij gebruik van warme gerechten.



Tijdens de dialyse is gebruik van een complete warme maaltijd daarom niet toegestaan. Dit kan desgewenst wel na de dialysebehandeling. Bel uw bestelling in dit geval 15-30 minuten voor uw afsluittijd (en uiterlijk om 18:15 uur) door naar het maaltijdservicecentrum. U kunt de warme maaltijd dan na afloop rustig in de wachtruimte gebruiken.

Heeft u regelmatig last van een bloeddrukval, overleg dan met uw verpleegkundige. Wellicht is het raadzaam de volgende keer iets minder of iets anders te bestellen.

Als u tijdens de dialysebehandelingen regelmatig klachten krijgt die samen hangen met het eten, dan geeft de verpleegkundige aan wat en hoeveel u kunt eten. Dit voor uw veiligheid en een goed verloop van uw dialysebehandeling.

Kunt u tijdens de dialyse vanwege bloeddrukval niet of onvoldoende eten of wilt u een warme maaltijd gebruiken, bestel dan een maaltijd die u na afloop van de dialysebehandeling kunt nemen.

4. Denk er aan voldoende fosfaatbinders mee te nemen en tijdens de maaltijden in te nemen! U kunt ook een potje fosfaatbinders in uw trommel op de dialyse bewaren.



De dialyseverpleegkundige is verantwoordelijk voor het uitvoeren van een goede dialysebehandeling.

Als de dialyse niet goed of veilig kan worden uitgevoerd heeft de dialyseverpleegkundige de plicht u dringend te verzoeken niet of minder te eten en/of te drinken.

Extra verstrekkingen

Als u ongewenst veel bent afgevallen, aan moet sterken na bijvoorbeeld een operatie of door een slechte eetlust tijdelijk niet in staat bent voldoende eiwitten te eten, geeft de diëtist u tijdelijk een dieet met extra eiwit- en energie. Dit wordt aan het maaltijdservicecentrum doorgegeven.

Ook krijgt u dan de extra menukaart 'zoutarme eiwitrijke tussendoortjes' zodat u tijdens de dialyse één extra eiwitrijk tussendoortje of flesje drinkvoeding kunt bestellen.

Bij de vierwekelijkse evaluatie na de bloedafname beoordelen we of u dit aanvullende dieet nog nodig heeft.

Wij wensen u een goede dialyse toe en daarbij smakelijk eten.