

Behandeling

# Alvleesklierontsteking (pancreatitis), voedingsadviezen tijdens opname

Bij een acute alvleesklierontsteking is het meestal moeilijk om gewoon te eten. Als u te weinig eet kan uw conditie en weerstand verminderen. Dit kan het herstel vertragen. Het is belangrijk dat u meerdere kleine porties per dag neemt en dat u het eten en drinken over de dag verdeelt.

U bent opgenomen met een acute alvleesklierontsteking. De arts maakt een inschatting hoe de ontsteking zich de komende tijd zal ontwikkelen. Afhankelijk van de ernst van de ontsteking bepaalt de arts uw behandeling. De verpleegkundige houdt 2 dagen bij wat u nu eet en drinkt. De diëtist beoordeelt of u voldoende eet en bespreekt het behandelplan met u.

**(073) 553 20 19**

Maandag t/m vrijdag 8.30 – 17.00 uur

## Voeding bij een alvleesklierontsteking

### Voedingsmiddelen

Als u eet, geeft de alvleesklier enzymen af. De alvleesklier heeft de meeste moeite met het maken van enzymen die zorgen voor de vetvertering. Kies daarom bij de warme maaltijd voor de minst vette variant. Het maakt voor de belasting van de alvleesklier niet uit of u pap eet of een snee brood.

**Wij raden u aan om tijdens opname bij voorkeur een keuze te maken uit de voedingsmiddelen in deze informatie.**

### Broodmaaltijd

#### Zoals aangegeven op de menukaart van Ons Menu Voor U

- Brood: brood (wit, bruin), zuurdesembruin, zachte en harde bol (wit, bruin), beschuit, rijstwafel, ontbijtkoek.
- Boter: halvarine.
- Zoet beleg: jam, appelstroop, honing, vruchtenhagelslag.
- Vleesbeleg: alle keuzes met een duimpje.
- Kaas: jonge kaas 20+/30+, komijnenkaas 20+, smeerkaas 20+.
- Pap, yoghurt, kwark: alle keuzes met een duimpje.
- Fruit: alle keuzes die staan vermeld.
- Drinken: water, thee, drinkbouillon, vruchtensappen, aanmaaklimonade, halfvolle melk, karnemelk, drinkyoghurt.

# Warme maaltijd

Zoals aangegeven op de menukaart van Ons Menu Voor U

- Soepen: alle keuzes die staan aangegeven.
- Groenten: licht verteerbaar zoals broccoli, sperzieboontjes, worteltjes met peterselie, roergebakken ratatouille.
- Vis: witvis van het seizoen.
- Vlees en vervanging: gebakken kipfilet, gebraden kalfsgehaktbal, varkenshaasmedaillons.
- Jus en sauzen: jus, tomatensaus, tomatensalsa, zoet zure saus.
- Aardappelen, rijst, gekookte aardappelaardappelpuree, witte rijst, pasta, couscous, quinoa.
- Nagerecht: zie pap, yoghurt, kwark; en perenijs en waterijs.
- Voor af en toe: fruitsmoothie.

## Verdere uitbreiding voeding

Als u geen klachten meer heeft kunt u overgaan op een gezonde voeding.

### Als voldoende eten niet lukt

Als het u niet lukt om de eerste 2 dagen voldoende te eten, kan uw arts of diëtist besluiten dat u aanvullend drinkvoeding gaat gebruiken of er wordt gestart met sondevoeding. Dit hangt af van de ernst van de alvleesklierontsteking en hoe uw ziektebeeld zich ontwikkelt of herstelt.

## Drinkvoeding

U gaat extra bij uw voeding 3 keer per dag drinkvoeding gebruiken. De drinkvoeding die u krijgt, is een vloeibare voeding waarin extra veel eiwit en energie zit. U krijgt door de drinkvoeding ook extra vitaminen en mineralen binnen.

In drinkvoeding zit geen melksuiker en er zijn verschillende smaken en soorten: op melkbasis, op yoghurtbasis en op sapbasis. Deze laatste variant bevat weliswaar de minste hoeveelheid vet, maar is minder geschikt als u diabetes heeft.

## Sondevoeding

Sondevoeding is een vloeibare voeding waarin alle benodigde voedingsstoffen zitten. U kunt sondevoeding krijgen als aanvulling op uw eten of u krijgt sondevoeding als volledige voeding.

Afhankelijk van uw situatie wordt de sonde in uw maag geplaatst of voorbij de alvleesklier (pancreas) in de dunne darm. De diëtist geeft een advies over de hoeveelheid en soort sondevoeding.

Als uw klachten minder worden, kan uw arts en/of diëtist besluiten om de sondevoeding af te gaan bouwen. U mag dan weer proberen om gewoon te eten. Overdag krijgt u dan minder sondevoeding, waardoor u meer trek krijgt. Dit bevordert de overgang naar een normale voeding. Kies van de menulijst de eerste dagen bij voorkeur de bovenstaand genoemde voedingsmiddelen.

## Heldere dranken naast sondevoeding

Als u naast de sondevoeding alleen heldere dranken mag drinken, dan mag u de volgende dranken gebruiken:

- water;
- thee met of zonder suiker;
- limonade, appelsap en bouillon.

Opmerking: er zijn aanwijzingen dat vleesbouillon prikkelend kan werken.

## Vragen

Heeft u nog vragen?

Neemt u dan contact op met het secretariaat van de afdeling Diëtetiek, telefoonnummer (073) 553 20 19. Zij kunnen zo nodig een afspraak met u maken voor een gesprek met de diëtist.

Heeft u tijdens uw opname al een diëtist gesproken? Geeft u dan als u belt uw naam, geboortedatum en telefoonnummer door. De diëtist waar u al eerder mee gesproken heeft, belt u dan zo snel mogelijk terug.

## Praktische tips

### Opleidingsziekenhuis

In het JBZ leiden we verpleegkundigen, coassistenten, artsen en andere zorgverleners op. Dit betekent dat bij uw afspraak soms meerdere zorgverleners aanwezig zijn. En het kan zijn dat u onderzocht of behandeld wordt door een zorgverlener in opleiding (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/opleidingsziekenhuis-met-wie-heeft-u-een-afspraak>). Deze zorgverlener werkt altijd onder supervisie van een gekwalificeerde zorgverlener.

### MijnJBZ

Via MijnJBZ (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/mijnjbz>) kunt u zelf een deel van uw persoonlijke en medische gegevens inzien die in het JBZ over u bekend zijn. Zie ook: Wat kan ik in MijnJBZ zien?

(<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/mijnjbz/wat-kan-ik-in-mijnjbz-zien>)

### Gegevens delen

Wilt u dat zorgverleners buiten het Jeroen Bosch Ziekenhuis uw medische gegevens kunnen inzien? Dan moet u het JBZ toestemming geven (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/gegevens-delen>) om uw gegevens beschikbaar te stellen.

### Bekijk uw zorgverzekering

Het is uw eigen verantwoordelijkheid na te gaan of u verzekerd bent voor de zorg waarvoor u naar het Jeroen Bosch Ziekenhuis komt.

Bekijk van tevoren uw polisvoorwaarden of informeer bij uw zorgverzekeraar

(<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/kosten-en-zorgverzekering>).

## Betrokken afdelingen

Diëtetiek (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/dietetiek>)

Code DIE-070