

Goed gevoed, aandacht voor ondervoeding bij kinderen

Ondervoeding bij ziekte

Door ziekte kan uw kind (tijdelijk) minder of niet eten. Hierdoor kan uw kind te weinig voedingsstoffen binnen krijgen en ondervoed raken. Kinderen die ondervoed zijn:

- Hebben een slechtere conditie en minder spiermassa.
- Vallen onbedoeld af.
- Komen te weinig aan, wegen te weinig of groeien niet goed.

Hierdoor wordt uw kind minder snel beter. Het is belangrijk om ondervoeding te voorkomen of zo snel mogelijk te behandelen. Deze folder geeft u hierover informatie.

Voeding tijdens opname in het ziekenhuis

Het is erg belangrijk dat uw kind voldoende eet. Het gaat er met name om dat uw kind genoeg eiwit en calorieën (= energie) binnen krijgt. Vooral als uw kind misselijk is, weinig eetlust heeft of veel onderzoeken moet ondergaan kan genoeg eten moeilijk zijn. Het is daarom belangrijk om verdeeld over de dag regelmatig kleine hoeveelheden te eten.

In de periode dat uw kind in het ziekenhuis is opgenomen krijgt hij/zij drie keer per dag een extra tussendoortje van de gastvrouw of de verpleegkundige. Uw kind heeft per dag dan in ieder geval zes momenten waarop hij/zij iets kan proberen te eten.

Het tijdschema ziet er als volgt uit:

8:00 uur: ontbijt
10:00 uur: tussendoortje
12:00 uur: warme maaltijd/broodmaaltijd
15:00 uur: tussendoortje
17:00 uur: broodmaaltijd/warme maaltijd
19:00 uur: tussendoortje

We hebben een ruim assortiment, uw kind kan kiezen uit veel verschillende tussendoortjes. Wanneer er sprake is van een te lage intake, wordt de diëtiste ingeschakeld om een voedingsplan op te stellen.

Wat kunt u thuis doen?

Het is belangrijk om regelmatig het gewicht van uw kind te meten. Als het gewicht afneemt of niet genoeg toeneemt, is het belangrijk om dit te bespreken met uw specialist, huisarts of diëtist. Verder is het goed om ook thuis verdeeld over de dag regelmatig kleine hoeveelheden eten aan te bieden. Als dit niet voldoende werkt kan er in overleg met diëtist worden besloten om over te gaan op het gebruik van speciale dieetvoeding.

Tips

- Regelmatig kleine hoeveelheden eten.
- Besmeer de boterham ruim met dieetmargarine en beleg hem extra dik met kaas en/of vleeswaar.
- Drink/eet regelmatig een beker melk, yoghurt of vla tussendoor.
- Kies voor volle melkproducten.
- Geef een ruime portie vlees, vis of vleesvervanger bij de maaltijd.
- Geef als tussendoortje een blokje kaas, plakje worst of een handje nootjes.
- Probeer minimaal zes keer per dag iets te eten.
- Geef bij voorkeur geen magere of lightproducten.
- Zorg voor voldoende variatie.

Bovenstaande informatie is geschreven samen met artsen en (gespecialiseerd) verpleegkundigen van de genoemde afdeling(en). De afdeling communicatie & patiëntenvoorlichting verzorgt de eindredactie van deze folder.

Heeft u vragen en/of opmerkingen over deze folder? Belt u dan met de genoemde afdeling(en) of stuur een e-mail naar PatiëntService, psb@bernhoven.nl.

Bernhoven

Nistelrodeseweg 10
5406 PT UDEN

Postbus 707
5400 AS UDEN

T: 0413 - 40 40 40
E: communicatie@bernhoven.nl
I: www.bernhoven.nl



Ga naar
www.zorgkaartnederland.nl

Code: Datum gewijzigd: woensdag 11 april 2018