

Voedingsadviezen bij een slokdarmstent

Wat is een slokdarmstent?

Een slokdarmstent of -prothese is een flexibel buisje, dat tijdens een endoscopisch onderzoek wordt geplaatst. Het doel van het plaatsen van een slokdarmstent is om de voedsel- en speeksel passage te verbeteren. Deze behandeling wordt uitgevoerd door een maag-, darm- en leverarts met behulp van een endoscoop.

Wanneer de stent is geplaatst en gecontroleerd, mag u de **eerste 3 dagen** alleen vloeibaar voedsel, zoals vla, yoghurt en pap, en daarnaast ook alle soorten dranken gebruiken. Na deze eerste 3 dagen kunt u in principe normaal eten. Belangrijk is echter dat de slokdarmprothese niet verstopt raakt door voedselresten. Hieronder volgen adviezen om dit te voorkomen.

Algemene adviezen

De volgende algemene adviezen kunnen u helpen verstopping van de slokdarmprothese te voorkomen:

- Ga rechtop zitten tijdens het eten en blijf na de maaltijd 30-60 minuten rechtop zitten
- Eet rustig en kauw zeer goed
- Snijd grof of draderig voedsel goed fijn
- Schil fruit en verwijder de pitten
- Eet meerdere keren per dag een kleine maaltijd
- Neem altijd wat te drinken bij en na de maaltijd om te voorkomen dat er etensresten in de stent blijven zitten
- Ga niet met een volle maag naar bed. Om terugvloeiing van eten uit de maag naar de mond te voorkomen wordt aangeraden 1- 1½ uur voor het slapen gaan niets meer te eten
- Opboeren van lucht kan een gevoel van opluchting geven. Dit gaat niet altijd gemakkelijk; koolzuurhoudende frisdranken of bier kunnen het boeren bevorderen
- Als u medicijnen gebruikt vraag dan aan uw arts na of alcoholische dranken zijn toegestaan

Verstoppende voedingsmiddelen

Onderstaande voedingsmiddelen kunnen zonder fijnsnijden en zeer goed kauwen verstopping van de slokdarmstent veroorzaken. Bijgaande adviezen kunnen helpen dit te voorkomen:

- Alle soorten vlees met bot zoals karbonades, kippenbouten en kippenvleugels: snijd het vlees van het bot af zodat u niet per ongeluk stukjes bot inslikt
- Visgraten: zorg dat er geen graten meer in de vis zitten
- Draderig vlees zoals rosbief, rookvlees en fricandeau: snijd dit goed fijn en kauw extra goed
- Grote stukken groente en fruit: snijd of rasp de stukken groente of fruit in kleinere stukken. Neem geen druiven met vel en pit
- Zuurtjes, drop, noten en pinda's: indien mogelijk goed kauwen en niet heel doorslikken
- Vermijd plakkerige producten zoals witte bolletjes, ontbijtkoek, pindakaas, toffees of pannenkoeken die niet goed gaar zijn
- Grove broodsoorten zoals brood met gehele graankorrel, grof volkorenbrood, rozijnen- of krentenbrood
- Snijd vezelige producten goed fijn en kauw extra goed

Vezelige producten zijn o.a.:

- Asperges
- Bleekselderij, rabarber, aubergine, venkel
- Champignons en bamboescheuten
- Maïs en artisjok
- Zuurkool en schorseneren
- Sperziebonen en venkel
- Grote rauwkost zoals knolselderij en wortel
- Citrusfruit (sinaasappel, mandarijn, grapefruit)
- Verse ananas
- Gedroogde vruchten zoals dadels, vijgen, krenten, rozijnen en tutti frutti

Tips voor de maaltijden

Hieronder volgen een aantal voedingsproducten die redelijk veilig zijn bij een slokdarmstent. Hierbij gelden uiteraard nog steeds bovenstaande algemene adviezen.

Broodmaaltijd

- Graanproducten: alle broodsoorten die geen hele korrel bevatten: bruinbrood, volkorenbrood, vezelrijke knäckebröd, (volkoren) beschuit, crackers, toastjes, cornflakes
- Margarine of roomboter voor op de boterham
- Alle soorten pap
- Alle soorten broodbeleg
- Alle dranken

Warme maaltijd

- Alle soorten soep
- Alle soorten vlees, vis, wild en gevogelte en vegetarische vleesvervangers

Let op vlees met bot, draderig vlees en vis met graten

Wat u zonder problemen kunt gebruiken:

- Ruime hoeveelheid jus of saus
- Alle soorten groente en klein gesneden rauwkost (let op met vezelige groenten zoals hierboven genoemd)
- Aardappelen, rijst, pastasoorten en deegwaren
- Peulvruchten
- Alle nagerechten

Let op:

Het pureren van de warme maaltijd is alleen nodig als u niet goed kunt kauwen omdat uw kunstgebit niet in orde is of niet goed past.

Wat te doen bij voedingsproblemen?

- Als er zich toch voedingsproblemen voordoen, neem dan contact op met de diëtist of de voedingsverpleegkundige van het voedingsteam. Deze kan dan beoordelen of en hoe uw voeding moet worden aangepast.
 - De diëtist is telefonisch bereikbaar op 0413 - 40 22 50
 - De verpleegkundige van het voedingsteam is telefonisch bereikbaar: **0413 - 40 23 30**
-

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 8 november 2017