



Lotgenotencontact 24 juni 2024

Thema: Voeding bij ALS

Gast spreker: Dea Schröder en Merle Kuiper

Wim heet namens de ALS-patiëntenvereniging iedereen van harte welkom en geeft het woord aan de gast sprekers van vandaag en vraagt hen zich voor te stellen.

Dea Schröder stelt zich voor en vertelt dat ze bij het Roessingh Centrum voor Revalidatie werkt. Ze doet dit al vele jaren en is al 25 jaar betrokken bij het NMA (NeuroMusculaire Aandoeningen) en ALS behandelteam. Daarnaast is ze voorzitter van de diëtisten voor spierziekten. Ze houdt zich bezig met allerlei zaken die te maken hebben met spierziekten en werkt aan het opnemen van presentaties om meer informatie beschikbaar te maken voor zowel behandelaren als patiënten.

Merle Kuiper stelt zich voor en vertelt dat ze onderzoek doet naar het verbeteren van de voedingszorg voor mensen met ALS. Dit doet ze in het UMCu bij de afdeling Revalidatiegeneeskunde, wat ook onderdeel is van het ALS Centrum.

Merle opent de presentatie en legt uit dat eten niet meer vanzelfsprekend is wanneer je de ziekte ALS hebt. Naarmate de ziekte vordert, moeten patiënten vaak op zoek naar alternatieve manieren om voeding binnen te krijgen, afhankelijk van het stadium en verloop van de ziekte.

Het belang van gewicht bij ALS

Het bijhouden van lichaamsgewicht bij ALS is cruciaal omdat afvallen de ziekte kan versnellen en de klachten kunnen toenemen. Gewichtsverlies van ongeveer drie tot vijf kilo valt vaak niet op, maar dit komt overeen met ongeveer 5% van het lichaamsgewicht. Dit is de grens waarop actie moet worden ondernomen.

Gewicht hangt ook af van lengte; daarom wordt BMI (Body Mass Index) gebruikt. Een hoger BMI is gunstig voor ALS-patiënten, met een gewenste BMI van 25 tot 30. Bij een BMI onder de 25 wordt aangeraden om aan te komen, terwijl een BMI boven de 35 als ongunstig wordt beschouwd omdat het ademhaling en lichamelijk functioneren kan bemoeilijken.

Het is belangrijk om niet alleen naar gewicht te kijken maar ook naar de lichaamssamenstelling. BMI houdt geen rekening met de verhouding tussen vet- en spiermassa. Voor ALS-patiënten is het zinvol om de hoeveelheid spier- en vetmassa te meten, bijvoorbeeld met een BIA impedantie analyse. Spiermassa neemt af door de ziekte, terwijl vetmassa kan variëren afhankelijk van verschillende factoren zoals voedselinname. Een aanzienlijke afname in spiermassa kan ook wijzen op een te lage eiwitinname.

Het belang van gezonde voeding bij ALS

Als uitgangspunt hanteren we de basis van normale, gezonde voeding zoals die voor iedereen geldt. Afhankelijk van het verloop van de ziekte kunnen echter aanpassingen nodig zijn.

Wat bedoelen we met gezonde voeding? In de diëtetiek volgen we de Schijf van Vijf. Deze bestaat uit vijf vakken met verschillende typen producten. Om voldoende voedingsstoffen binnen te krijgen en op gewicht te blijven, is het belangrijk dagelijks uit elk vak de juiste hoeveelheden te eten.

De Schijf van Vijf bevat:

- Veel groenten en fruit
- Voldoende vocht, zoals water en thee
- Volkoren producten, goed voor vezels en tegen obstipatie
- Noten, peulvruchten, vis, een beetje vlees en zuivel
- Olie en onverzadigde vetten

Dit zijn de algemene adviezen. Voor mensen met ALS is het dieet echter afhankelijk van het verloop van de ziekte.

Het belang van individuele voedingsbehoeften bij ALS

Hoewel de Schijf van Vijf een goede basis vormt voor gezonde voeding, moeten de voedingsbehoeften voor ALS-patiënten individueel worden aangepast. De Schijf van Vijf kan dienen als kapstok, maar is vaak niet precies passend voor een individu.

Energiebehoefte:

- Het belangrijkste voor ALS-patiënten is het behouden van een goed gewicht. De energiebehoefte varieert afhankelijk van de ziektefase en moet daarom meerdere keren worden berekend.
- Spierverlies bij ALS leidt tot veranderingen in de ruststofwisseling, die soms verhoogd en soms verlaagd kan zijn, wat de energiebehoefte beïnvloedt.
- Het kan lastig zijn voor ALS-patiënten om voldoende energie binnen te krijgen, vooral als de spiermassa in de benen afneemt.
- Er bestaan berekeningsformules om de energiebehoefte in te schatten, maar deze moeten worden aangepast aan de individuele situatie, zoals veranderingen in mobiliteit en fysieke activiteiten.
- Ademhalingsproblemen kunnen de energiebehoefte aanzienlijk verhogen vanwege de inzet van extra ademhalingsspieren.

Eiwitbehoefte:

- De eiwitbehoefte is gekoppeld aan de vetvrije massa, inclusief spieren, botten en organen.
- Het behouden van spiermassa is essentieel, en de benodigde hoeveelheid eiwitten kan worden bepaald op basis van de hoeveelheid vetvrije massa.

Door deze factoren in acht te nemen, kan een gepersonaliseerd voedingsplan worden opgesteld dat rekening houdt met de specifieke behoeften van elke ALS-patiënt.

Omdat je steeds minder spieren krijgt, zal je in de loop van het ziektebeeld bij ALS wat minder eiwit nodig hebben. Gemiddeld is er echter iets meer eiwit nodig dan normaal. Het is ook belangrijk hoe je de eiwitten verdeelt over de dag. Grotere porties van 20-25 gram geven een sterkere prikkel om spieren op te bouwen dan wanneer de eiwitten gelijkmatig over de dag worden verdeeld.

Bij het gebruik van eiwitten is het ook essentieel om voldoende energie binnen te krijgen, bijvoorbeeld koolhydraten uit brood en vet uit boter. Anders worden eiwitten als energiebron gebruikt in plaats van voor spieropbouw.

Eiwitten vullen vaak goed, wat problematisch kan zijn voor ALS-patiënten naarmate het ziektebeeld vordert. Dit komt doordat ALS-patiënten vaak vermoeid zijn, een slechtere conditie hebben en moeite hebben met kauwen. Hierdoor wordt het lastig om voldoende voedsel binnen te krijgen, wat leidt tot problemen om aan de eiwitbehoefte te voldoen.

Vegetarische voeding kan prima werken, mits de eiwitname goed wordt samengesteld. Om voldoende eiwitten binnen te krijgen met vegetarisch eten, moeten vaak grote hoeveelheden worden gegeten, wat problematisch kan zijn door de vermoeidheid en kauwproblemen bij ALS-patiënten. Kleinere porties vis of ei kunnen helpen om voldoende eiwitten binnen te krijgen.

De basis blijft normale voeding, maar na verloop van tijd is het moeilijk om genoeg calorieën binnen te krijgen met alleen gezonde voeding. Bij ALS is het belangrijk om gezond te eten, maar ook voldoende calorieën binnen te krijgen. Dit kan betekenen dat de normale voeding moet worden aangevuld met calorierijke producten zoals cake of volle zuivelproducten om aan de energiebehoefte te voldoen.

Het belang van supplementen bij ALS

Bij ALS-patiënten komen bepaalde tekorten in voedingsstoffen vaak voor, waardoor supplementen noodzakelijk kunnen zijn.

- Vitamine D
Bijna iedereen met een spierziekte, zoals ALS, heeft een te laag vitamine D-gehalte. Dit moet bijna altijd worden aangevuld met supplementen. Hoewel vitamine D in voeding zit, zoals in vis, margarine en boter, is het moeilijk om voldoende binnen te krijgen via voeding alleen.
- Jodium
Jodiumtekorten kunnen ontstaan doordat broodproducten, die rijk zijn aan jodium, vaak uit het dieet verdwijnen bij slikproblemen.

- Calcium
Calciumtekorten komen voor als mensen geen melkproducten willen of kunnen drinken, bijvoorbeeld vanwege slijmvorming. Er zijn goede vervangingen beschikbaar, maar calcium kan ook met tabletten worden aangevuld.
- IJzer
IJzertekorten zien we vooral wanneer er geen vleesproducten meer worden geconsumeerd. Dit is vooral een probleem bij kleinere porties, wat vaak voorkomt bij ALS-patiënten.

Obstipatie bij ALS

Obstipatie is een veelvoorkomend probleem bij ALS-patiënten, veroorzaakt door verschillende factoren, waaronder een tekort aan vezels en vocht. Hier zijn de belangrijkste punten om te overwegen:

Vochtinname:

- Normale vochtinname bedraagt ongeveer 1,5 liter per dag, en voor mensen boven de 65 jaar is dit 1,7 liter. Bij ALS-patiënten kan dit soms nog onvoldoende zijn.
- Drinken kan een dagtaak worden als slikken moeilijk wordt en de handfunctie afneemt. Er zijn hulpmiddelen zoals speciale bekertjes om het drinken te vergemakkelijken.
- Bij verstopping moet de vochtinname worden verhoogd, vooral bij warm weer, wat een uitdaging kan zijn voor ALS-patiënten.

Vezelinname:

- Een dagelijkse inname van 25 gram vezels is essentieel, wat overeenkomt met ongeveer vijf volkorenboterhammen.
- Door kauwproblemen en vertraagde maaglediging kunnen vezelrijke voedingsmiddelen moeilijk verteerbaar worden.
- Alternatieven zoals pruimenmoes, lijnzaad in pap, en drinkvoeding met vezels kunnen helpen.

Bewegingsbeperkingen:

- Verminderde beweging verergert obstipatie. Daarnaast kan een zwakker middenrif door ademhalingsproblemen de perskracht verminderen, wat het ontlasten bemoeilijkt.
- Het is cruciaal om op de drang om naar het toilet te gaan te reageren, vaak bij het ontbijt of na de warme maaltijd, en ervoor te zorgen dat er hulp beschikbaar is.

Toilethouding:

- Een verkeerde houding op een verhoogd toilet kan obstipatie verergeren. Dit kan eenvoudig worden gecorrigeerd met een voetenbankje of door de rolstoel omgekeerd neer te zetten, zodat de voetensteunen kunnen worden gebruikt.

- Het is belangrijk om gebruik te maken van de zwaartekracht om de ontlasting gemakkelijker kwijt te raken.

Medicatie:

- Wanneer vezels en vochtinname niet voldoende zijn om obstipatie te voorkomen, kan medicatie nodig zijn. Er zijn verschillende producten beschikbaar om de ontlasting zacht te houden en de stoelgang te vergemakkelijken.
- Voorbeelden van natuurlijke remedies zijn pruimenmoes en lijnzaad, die aan het dieet kunnen worden toegevoegd. Daarnaast kunnen medicijnen helpen om het probleem op te lossen als natuurlijke methoden niet effectief zijn.

Het aanpakken van obstipatie bij ALS vereist een combinatie van voldoende vocht- en vezelinname, juiste hulpmiddelen, medicatie indien nodig, en aanpassingen in de toilethouding om de ontlasting te vergemakkelijken.

Ondervoeding bij ALS

Het handhaven van een goed gewicht is cruciaal voor ALS-patiënten. Gewichtsverlies, zelfs van slechts 5%, kan leiden tot verlies van spiermassa en verergering van de ziekte. Ondervoeding kan ook leiden tot vermoeidheid, waardoor patiënten minder zin hebben om te eten of voedsel klaar te maken, wat verder gewichtsverlies kan veroorzaken.

Oorzaken van gewichtsverlies bij ALS:

- **Slikproblemen:** Deze maken eten tijdrovend en vermoeiend. Voedingsstoffen kunnen verloren gaan bij het pureren van voedsel, dat er minder aantrekkelijk uitziet en vaak anders smaakt.
- **Sociale factoren:** Eten is een sociale gebeurtenis, en ALS-patiënten kunnen sneller stoppen met eten om in hetzelfde tempo als anderen aan tafel klaar te zijn, wat resulteert in minder voedselinname.

Aanpassingen in voeding:

- **Volle producten:** Voedingsmiddelen zoals roomkwark, Griekse yoghurt en vette vis kunnen helpen om de calorie-inname te verhogen.
- **Drinkvoeding:** Wanneer normale voeding niet meer volstaat, kunnen drinkvoedingen, die alle benodigde voedingsstoffen bevatten, een goede aanvulling zijn. Deze zijn beschikbaar in verschillende vormen en smaken.

Sondevoeding bij ALS

Wanneer drinkvoeding niet meer voldoende is om het gewicht stabiel te houden of te verhogen, kan sondevoeding overwogen worden. Dit moet vroeg in het ziekteproces besproken worden, aangezien

tijdige plaatsing van een sondevoeding een positief effect heeft op zowel de levensverwachting als de kwaliteit van leven.

Types sondevoeding:

- **PEG (Percutane Endoscopische Gastrostomie):** Een sonde die via de buikwand direct in de maag wordt geplaatst.
- **PRG (Percutane Radiologische Gastrostomie):** Een vergelijkbare sonde die met een radiologische ingreep wordt geplaatst. Deze methode kan later in het ziekteproces worden toegepast en is vaak makkelijker te vervangen.

Overwegingen bij sondevoeding:

- **Weerstand:** Sommige patiënten hebben weerstand tegen het plaatsen van een sondevoeding. Bekendheid met het proces en de voordelen kan deze weerstand verminderen.
- **Gebruik van sondevoeding:** Patiënten kunnen naast sondevoeding nog steeds veilig eten, mits het slikken veilig is. Sondevoeding kan ook worden gebruikt om extra vocht of medicijnen toe te dienen.
- **Manieren van gebruik:** Sondevoeding kan continu worden toegediend of in porties, afhankelijk van de behoeften en voorkeuren van de patiënt. Voor mensen die ademhalingsondersteuning nodig hebben, kan het belangrijk zijn om de voedingstijden zorgvuldig af te stemmen om problemen met lucht in de maag te voorkomen.

Het kiezen voor sondevoeding kan de voedingstoestand van ALS-patiënten aanzienlijk verbeteren en bijdragen aan een betere kwaliteit van leven.

Kramp

Kramp komt vaak voor bij ALS-patiënten. Magnesiumcitraat wordt soms ingezet om krampklachten te verminderen, hoewel een magnesiumtekort niet vaak voorkomt. Veel mensen hebben baat bij magnesiumcitraat, dus het proberen kan geen kwaad.

Houding en slikken bij ALS

Houding is ook heel belangrijk bij slikken. Iemand die achterover zit, heeft een vlakker liggende slokdarm, waardoor vloeistof makkelijker wegloopt en eerder aanleiding geeft tot verslikken. Het is belangrijk dat iemand goed rechtop zit om te voorkomen dat vloeistof te snel wegloopt.

Daarnaast kan het verdikken van dranken helpen. Hoewel verdikkingsmiddelen niet vergoed worden, maken ze vloeistoffen zoals koffie iets lobbiger, waardoor je meer tijd hebt om een slikbeweging in te zetten, wat het slikken veiliger maakt.

Vraag van een deelnemer:

Hoe weet ik of ik genoeg vitamines in mijn lijf heb? Controle bij een huisarts of revalidatie. Er is zoveel aanbod aan supplementen. Welk merk kun je best nemen en waar moet ik op letten?

Antwoord:

Meestal is er een tekort aan vitamine D, maar dit kan eenvoudig worden gecontroleerd met een bloedtest. Als je een normaal dieet volgt met de juiste hoeveelheden, is het vaak niet nodig om andere supplementen of medicatie aan te vullen. Dit kan een diëtist voor je beoordelen. Bijvoorbeeld, mensen die geen melkproducten gebruiken, kunnen een tekort hebben aan vitamine B2, maar dit is echt individueel.

Vitamine D moet bijna altijd worden aangevuld, maar voor de rest is dit meestal niet nodig. Bij het kiezen van vitaminepreparaten is het belangrijk om ervoor te zorgen dat de dosering niet boven de 100% van de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid uitkomt. Voor ALS-patiënten is het praktisch om supplementen te kiezen die gemakkelijk door te slikken zijn. Bijvoorbeeld, een glad, glibberig pilletje zoals van Davitamon kan makkelijker zijn dan een groot, stroef tablet van Kruidvat.

Als slikken lastig is, kun je het supplement innemen met een beetje yoghurt of appelmoes, zodat het in de dikke vloeistof blijft hangen en makkelijker door te slikken is.

Vraag van een deelnemer:

Zijn er nog bepaalde merken voor supplementen die jullie aanbevelen?

Antwoord:

Ja, in principe wel, maar ik laat vaak de patiënt zelf een keuze maken. Centrum is bijvoorbeeld een prima product, en Davitamon is ook een goed product. Ik adviseer meestal geen producten zoals Orthica, omdat deze vaak veel hoger zijn in prijs. Er zijn veel merken verkrijgbaar, maar de prijs zegt helaas niet alles. Het is belangrijk om op de prijs-kwaliteitverhouding te letten bij het kiezen van supplementen.

Vraag van een deelnemer

Zijn er nog meer hulpmiddelen die handig zijn bij het eten?

Antwoord:

Ja, er zijn zeker meer hulpmiddelen die handig kunnen zijn bij het eten. Hier zijn enkele voorbeelden:

- **Rietjes:** Speciale rietjes, zoals een anti-teruglooprietje, kunnen helpen als je moeite hebt met drinken. Dit type rietje zorgt ervoor dat de vloeistof niet terugloopt, waardoor je niet zo krachtig hoeft te zuigen.
- **Bestek met dikker handvat:** Bestek met een dikker handvat biedt meer grip en maakt het makkelijker om het bestek vast te houden.
- **Buigbare lepels:** Lepels waarbij je de kop kunt buigen, zodat je het eten makkelijker naar je mond kunt brengen zonder je pols te hoeven draaien.
- **Kleine lepels:** Gebruik kleinere lepels om de kans op verslikken te verminderen. Kleine lepels zorgen ervoor dat je kleinere hapjes neemt, wat veiliger is.

- **Kunststof lepels:** Voor hete of koude voeding is het verstandiger om kunststof lepels te gebruiken. Deze zijn zachter en veroorzaken minder ongemak als ze per ongeluk tegen je tanden of gehemelte komen.

Deze hulpmiddelen kunnen het eten en drinken aanzienlijk vergemakkelijken en helpen om veilig en comfortabel te blijven eten.

Vraag van een deelnemer:

Is 20 of 25 microgram vitamine D voldoende?

Antwoord:

Bij ALS wordt meestal een dagelijkse dosering van 20 tot 25 microgram vitamine D aangeraden. Dit geldt ook voor jongeren, hoewel normaal gesproken een lagere dosering van 10 microgram voldoende is voor jongere mensen. Voor vrouwen vanaf 50 jaar en mannen vanaf 40 jaar wordt vaak al 20 microgram aanbevolen.

Vraag van een deelnemer:

Hoe zit het met melkproducten en slijmvorming?

Antwoord:

Er bestaan misverstanden over melkproducten en slijmvorming. Uit onderzoek blijkt echter dat melkproducten niet echt slijmvormend zijn. Het is wel belangrijk om de mond schoon te houden om ophoping van bacteriën te voorkomen. Zure melkproducten zoals kwark en yoghurt stimuleren dun speeksel en zorgen voor een frisser mondgevoel. Gewone magere kwark kan prima, en kwark met toevoegingen zoals aardbeienmoes wordt over het algemeen goed ervaren. Je kunt de mond na het eten eventueel schoonmaken met een slokje water als dat veilig is, of anders een hap onverzoepte moes nemen om melkresten uit de mond te halen. Alternatieven zoals sojamelk en soja-yoghurt kunnen ook gebruikt worden, waarbij smaaktoevoegingen zoals chocolade of fruitmoes de smaak kunnen verbeteren.

Vraag van een deelnemer:

Ik merk dat mijn figuur verandert en mijn buik dikker wordt. Is dat te voorkomen?

Antwoord:

Nee, dat is meestal niet te voorkomen. Bij spierziekten zoals ALS zie je vaak dat mensen minder gaan lopen en meer een zittend bestaan leiden. Dit leidt tot een andere vetverdeling, waarbij vet zich meer rond de buik ophoopt.

Er zijn verschillende redenen voor een dikkere buik bij ALS:

- **Vetverdeling:** Door minder activiteit verplaatst vet zich van de benen naar de buik.
- **Zwakke buikspieren:** Hierdoor krijgt de darm meer ruimte en kan er obstipatie optreden, wat de buik naar voren duwt.
- **Ademhalingsproblemen:** Het middenrif kan naar beneden zakken, waardoor de buik meer ruimte nodig heeft en dikker lijkt.

- **Dagelijkse variatie:** Tussen ochtend en avond kan de buikomvang verschillen door veranderingen in lichaamshouding en vermoeidheid.

Als je gewicht stabiel blijft en je buik wordt dikker, is het advies om de verandering te accepteren, omdat het behouden van een stabiel gewicht belangrijker is.

Vraag van een deelnemer:

Moeten we vaker poetsen als we door suiker frequenter eten?

Antwoord:

Ja, frequenter eten heeft invloed op de zuurimpulsen. Het is wenselijk om in elk geval na de hoofdmaaltijden te poetsen. Te veel poetsen kan echter het glazuur beschadigen, dus balans is belangrijk. Naspoelen kan ook al wat effect hebben. Het is ook belangrijk wat je eet, maar er zijn vaak andere factoren die meer impact hebben, zoals het openhouden van de mond om ademhaling te ondersteunen. Als er melkresten of koekresten in de mond blijven zitten, kan dit schadelijk zijn voor het gebit. Goede mondzorg is daarom cruciaal.

Vraag van een deelnemer:

Bevat houdbare melk evenveel eiwitten als verse melk?

Antwoord:

Ja, er is geen verschil in het eiwitgehalte tussen gesteriliseerde melk (houdbare melk) en verse melk.

Vraag van een deelnemer:

Moet je een andere tandpasta gebruiken als je slikproblemen hebt?

Antwoord:

Ja, bij slikproblemen is het beter om tandpasta te gebruiken die minder schuimt. Tandpasta met veel menthol kan veel schuim veroorzaken en leiden tot verslikken. Elmex White heeft minder munt smaak en is daarom geschikter. Kindertandpasta's zijn vaak ook milder.

Meer informatie is te vinden op: <https://www.dietistenvoorspierziekten.nl/>

ALS en voeding

24 juni 2024

Dea Schröder, Diëtist
Merle Kuiper, Onderzoeker UMC



Roessingh

Centrum voor Revalidatie

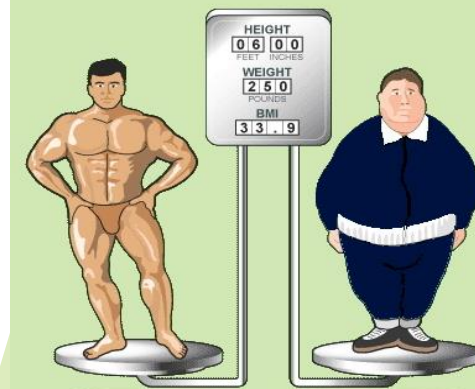
Inhoud

- ▶ Gewicht
- ▶ Basis: normale gezonde voeding
- ▶ Hoeveel en wat kan iemand met ALS het beste eten?
- ▶ Hoe kun je de spieren het beste behouden?
- ▶ Obstipatie, wat kan je daar aan doen?
- ▶ Ondervoeding, slikproblemen, aangepaste consistentie sonde en sondevoeding.



Gewicht

- ▶ Gewicht - goed gewicht, stabiel houden, $\leq 5\%$ afvallen (= 3 - 5 kg)
- ▶ BMI - beste is $25 \leq \text{bmi} \leq 30$ (beslist niet < 21 of > 35)
- ▶ Lichaamssamenstelling - minder spieren, vaak meer vet



Basis van normale gezonde voeding

- ▶ Schijf van vijf
- ▶ Elke dag uit elk vak de juiste hoeveelheden
- ▶ Aanpassingen aan de hand van ziektebeloop ALS



Hoeveel en wat kan iemand met ALS het beste eten?

- ▶ Energiebehoefte - afhankelijk van ziekte fase, activiteit en persoon (afwijkend van normaal)
- ▶ Eiwitbehoefte - patiënten met ALS lijken het iets beter te doen op iets hogere eiwitinname
- ▶ Basis van normale gezonde voeding
- ▶ Supplementen - vitamine D (Jodium, Calcium en ijzer)

Obstipatie

- ▶ Ontlasting die hard is (Bristol 1 of 2), niet dagelijks komt (extra gasvorming)
- ▶ Oorzaken:
 - Verminderde beweging (vaak niet te beïnvloeden)
 - Te weinig vezels (25 tot 40 gram per dag)
 - Onvoldoende vocht (minimaal 1,5 liter, bij obstipatie > 2 liter)
 - Onvoldoende perskracht
 - Niet (kunnen) reageren op aandrang
 - Verkeerde houding (hogere toilet)



Ondervoeding

- ▶ Gewicht 5% vanaf begin ziekte
- ▶ Minder goede voedingstoestand, eerder vermoeid, eerder/ meer spierverlies.
- ▶ Bij slikproblemen en zwakte neemt duur van de maaltijd toe, worden porties vaak kleiner. Beleving van eten en drinken wordt anders. Speekselprobleem.
- ▶ Proberen met volle producten en energierijke tussendoortjes,
- ▶ Aanvullende dieetvoeding (drinkvoeding, creme)
- ▶ Als eten en/ of drinken een dagtaak wordt - evt. sondevoeding)

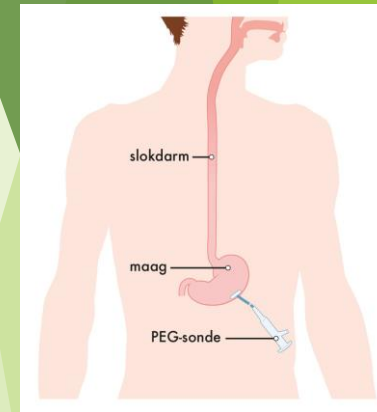


of



PEG/PRG en sondevoeding

- ▶ Wanneer is een sonde gewenst.
Ongewenst gewichtsverlies, slikproblemen, eten duurt erg lang, vermoeiend, verslik risico.
- ▶ Keuze PEG/ PRG? Wat zijn voor- en nadelen.
- ▶ Sonde kan voor vocht, water met medicatie, sondevoeding + eten, of alleen sondevoeding.
- ▶ Soort sondevoeding hangt af van wat iemand nodig heeft.
- ▶ Manier van toedienen - porties of druppelen. (overdag)
- ▶ Gebruiken voor ontluichten van lucht in de maag door NIV (niet invasieve beademing)



www.dietistenvoorspierziekten.nl



Home

Documenten database

Nieuws per diagnose

Eetadviezen ALS

Slikadviezen SMA, Duchenne en andere spierziekten

Voedingsadviezen

Presentaties

E-learning module diëten

Welkom op de site van Diëten voor Spierziekten

Diëten voor Spierziekten (DvS) wil op deze site de beschikbare informatie over voeding bij spierziekten ofwel neuromusculaire aandoeningen (NMA) breed toegankelijk maken. De site is daarom toegankelijk voor zowel collegae-diëten, (para)medici als mensen met een spierziekte. DvS ontwikkelt voedingsadviezen voor mensen met een spierziekte en werkt samen met de patiëntenvereniging Spierziekten Nederland. [Lees meer >](#)

Nieuws



Hoeveel eiwit hebben kinderen en volwassenen met een spierziekte nodig? Dat weten we niet precies. Daarom zijn wij, netwerk Diëten voor Spierzi...

[Lees meer >](#)



Het spooorelement* koper speelt een belangrijke rol in het menselijk lichaam. Zowel een tekort als een teveel aan koper dragen bij aan oxidatieve stress....

[Lees meer >](#)

Bezoek onze sponsor:



Lid van





Roessingh
Centrum voor Revalidatie