



Bijvoedingen



Wat is bijvoeding

Bijvoeding is een kant-en-klare medische voeding. Deze voorziet in de specifieke voedingsbehoeften van patiënten met ondervoeding of een risico daarop. Ondervoeding is vaak gerelateerd aan een ziekte.

Het levert energie, eiwitten en alle noodzakelijke vitamines, mineralen en sporelementen. Bijvoeding kan gebruikt worden als aanvulling op de voeding of eventueel als vervangvoeding indien een gewone voeding niet mogelijk is.

Bijvoeding kan op basis van melk (maar is vrij van lactose), vruchtensap of yoghurt zijn. Ze zijn dan ook beschikbaar in verschillende smaken zoals vanille, mokka, chocolade, banaan, aardbei, bosvruchten,...

Alle soorten bijvoeding zijn verkrijgbaar bij de apotheek.



Waarom bijvoeding?

Als patiënten ziek zijn, ouder worden of een operatie hebben ondergaan, vinden zij het soms moeilijk om voldoende te eten. Terwijl het lichaam juist dan behoefte heeft aan extra energie en voedingsstoffen.

We kunnen proberen om de gewone voeding te verrijken. Als dit niet voldoende is, kunnen we opstarten met bijvoeding. Dit wordt meestal besproken met de arts en een diëtiste. Soms wordt preventief bijvoeding opgestart om ondervoeding te vermijden. Meestal wordt er pas bijvoeding gegeven als er al ondervoeding aanwezig is. Daarom is het belangrijk dat we ondervoeding kunnen herkennen.

Ondervoeding is namelijk een tekort aan voedingsstoffen in het lichaam waardoor het lichaam minder goed functioneert en herstelt. Het belangrijkste signaal van ondervoeding is ongewenst gewichtsverlies. Men spreekt van ondervoeding wanneer iemand in 1 maand meer dan 3 kg of in 6 maanden meer dan 6 kg verloren heeft. De oorzaak hiervan is een verminderde voedselinname (omwille van minder eetlust, minder smaak, slikproblemen en/of kauwproblemen) en/of een verhoogd energieverlies (omwille van braken, diarree en/of open wonden).



Hoe bijvoeding gebruiken?

- Gebruik bijvoeding bij voorkeur niet voor of tijdens een maaltijd, maar als dessert of tussendoor. Best gebruik je de bijvoeding zeker 2 uur vóór de volgende maaltijd. Het mag de gewone voeding niet belemmeren. Het is de bedoeling dat de bijvoeding extra bovenop de gewone voeding komt en niet de gewone voeding vervangt.
- Drink een flesje niet in een keer leeg. Dit kan zwaar op de maag voelen. Verspreid de inname doorheen de hele dag, kleine slokjes tussen de maaltijden is het best. Indien je even genoeg hebt, kan je de bijvoeding in de koelkast bewaren.
- Koel de bijvoeding voor gebruik, zo wordt deze doorgaans beter verdragen en meestal ook lekkerder gevonden.
- Drinkvoeding kan verwarmd worden, maar best laat je deze niet koken.
- Schud goed voor gebruik.

HOE BEWAAR JE BIJVOEDING?

- De bewaring hoeft niet gekoeld indien de verpakking nog gesloten is.
- Bewaar bijvoeding op een droge plaats, op kamertemperatuur.
- Controleer regelmatig de houdbaarheidsdatum en zeker voor gebruik.



Tips om bijvoeding vol te houden.

- Als je een bepaalde bijvoeding niet lust, test dan andere smaken en texturen (melk, yoghurt, vruchtensap, soep). Er bestaan namelijk veel verschillende soorten bijvoeding.
- Als je eenmaal een lekkere bijvoeding hebt gevonden, probeer dan nog te wisselen in smaak. Zo heb je minder kans om de bijvoeding beu te worden.
- Gekoeld heeft een bijvoeding meestal een betere smaak, gebruik eventueel ijsblokjes erin.
- Je kan bijvoeding ook in gerechten verwerken zodat de smaak minder uitgesproken is.
- Verdeel de bijvoeding goed over de dag om ongemakken zoals misselijkheid, zwaar gevoel op de maag, ... te vermijden.
- Spoel een onaangename smaak of een plakkerige mond weg met iets wat je graag lust.
- Consumeer drinkvoeding met een rietje als je de geur te sterk vindt.



Nota's





HEB JE VRAGEN ?

NEEM CONTACT MET ONS OP !

DIËTISTEN

Rochus Kelly 011 71 50 88

Vandebosch Anneleen 011 71 50 92

Van Leuffelen Annelies 011 71 50 91

E-mail: dietistensfz@sfz.be

Publicatiedatum: November 2018, dienst communicatie

Sint-Franciscusziekenhuis | P. Paquaylaan 129 | 3550 Heusden-Zolder

Tel.: 011 71 50 00 | Fax.: 011 71 50 01 | www.sfz.be

