



## Drinkvoeding thuis

### Waarom drinkvoeding?

Goede voeding is belangrijk. Juist in een periode van ziekte of herstel van ziekte. Ziekte, een operatie of therapie (bijvoorbeeld chemotherapie of radiotherapie) vragen veel van uw lichaam en uw reserves. Soms is eten moeilijk, bijvoorbeeld door vermoeidheid, verminderde eetlust of minder goed kunnen kauwen. Om nu toch elke dag voldoende voeding binnen te krijgen, kunt u drinkvoeding gebruiken op advies van de diëtist of arts.

### Wat is drinkvoeding?

Er zijn verschillende soorten drinkvoeding. Allemaal bevatten ze energie, eiwitten, koolhydraten, vitamines en mineralen. De meeste soorten bevatten ook vetten. De ene patiënt heeft meer energie nodig, de ander meer eiwit. Het verschil in drinkvoeding zit voornamelijk in de hoeveelheid energie, eiwit of vet per flesje. De diëtist beoordeelt wat uw behoefte is en adviseert welke soort drinkvoeding het beste hierop aansluit. Er is drinkvoeding op basis van melk, yoghurt, of sap. Van iedere soort zijn verschillende smaken. Ook de grootte van de flesjes drinkvoeding kan variëren.

### Het dagelijks gebruik

Drinkvoeding wordt als aanvulling op de voeding gebruikt of in plaats van een of meer maaltijden per dag. Hoeveel flesjes u op een dag nodig heeft, is afhankelijk van uw behoefte en hoeveel gewone voeding u nog eet. Meestal zult u 1 tot 3 flesjes gebruiken. Als u alléén van drinkvoeding afhankelijk bent, heeft u elke dag 5 tot 6 flesjes nodig.

### Persoonlijk advies

Gebruik per dag:

### Tips voor het gebruik

- Drink de drinkvoeding langzaam op. Neem af en toe een paar slokjes. U kunt rustig ½ tot maximaal 2 uur over een flesje doen. Dit voorkomt een vol gevoel.
- Verdeel de flesjes gelijkmatig over de dag.
- Gebruik de flesjes tussen de maaltijden door. Bij de maaltijden kunt u dan met de gewone maaltijd mee eten. Gebruik de drinkvoeding niet vlak voor een maaltijd, de kans bestaat dat u dan minder van de maaltijd eet.
- De zoete smaak wordt verminderd door de drank koud te drinken. U kunt er ook een ijsblokje in doen.
- De drinkvoeding kan goed worden vermengd met een scheutje melk, karnemelk, yoghurt of vruchtensap. Hierdoor neemt de zoete smaak ook af. Door het verdunnen neemt de hoeveelheid wel toe.

- Drinkvoeding kan ook verwarmd worden, bijvoorbeeld de smaken chocolade, vanille, koffie en mokka.
- Slijmvorming in de mond na het gebruik van drinkvoeding wordt minder door na elk slokje drinkvoeding een slokje water te nemen. U kunt ook een ijsblokje in de mond nemen na het gebruik van drinkvoeding. Slijmvorming kan minder zijn bij de zure smaken drinkvoeding en de drinkvoeding op basis van sap.
- Door uw ziekte of door medicijnen kan uw smaak veranderen; iets dat u vroeger niet lustte, kunt u nu wel lekker vinden en omgekeerd. Het is daarom aan te raden verschillende smaken te proberen.

## **Bewaren**

In een gesloten verpakking kunt u de flesjes drinkvoeding buiten de koelkast bewaren. Bewaar de flesjes bij voorkeur op een koele plaats, uit de zon. De flesjes zijn beperkt houdbaar. Let daarom goed op de houdbaarheidsdatum op de verpakking.

De drinkvoeding is het beste te drinken als deze goed koud is. Zet daarom altijd een klein voorraadjie in de koelkast.

Een geopende verpakking kan 2 uur buiten de koelkast bewaard worden. In de koelkast is een geopende verpakking nog 24 uur houdbaar.

## **Vergoeding**

De drinkvoedingen zijn zonder recept verkrijgbaar bij een apotheek of een facilitair bedrijf. De diëtist kan u hier meer over vertellen.

Als producten vergoed worden, betekent dit dat ze door uw zorgverzekeraar worden betaald. U komt alleen voor vergoeding in aanmerking als u de drinkvoeding op advies van uw diëtist of arts gebruikt. De aanvraag wordt door hen gedaan. Of het product daadwerkelijk wordt vergoed, is afhankelijk van uw zorgverzekeraar, indicatiestelling en het eigen risico.

## **Trombosedienst**

### ***Gebruikt u drinkvoeding en wordt uw bloed gecontroleerd door de Trombosedienst ?***

Dan is voor u het volgende van belang:

- Vertel het de Trombosedienst als u start met drinkvoeding.
- Geef ook duidelijk aan als u minder drinkvoeding gebruikt dan de voorgeschreven hoeveelheid.
- Geef de Trombosedienst door als u stopt met de drinkvoeding.

In drinkvoeding zit vitamine K. Het kan zijn dat daardoor uw INR (maat voor de stollingstijd van bloed) daalt en de dosering van uw antistollingsmedicijn moet worden aangepast.

Het is niet de bedoeling dat u om deze reden de drinkvoeding niet gebruikt. Uw arts of diëtist heeft de drinkvoeding voorgeschreven, omdat het belangrijk is voor uw gezondheid.

Laurentius Ziekenhuis  
Mgr. Driessenstraat 6  
(hoofdingang bereikbaar via de Oranjelaan)  
6043 CV Roermond  
www.lzr.nl

Patiëntencommunicatie Laurentius Ziekenhuis  
34290770 - Dietetiek - september 2021