

Voedingsadvies ter voorkoming van verstopping van een slokdarmstent

Om de passage van voedsel weer mogelijk te maken is er een buis / stent in de slokdarm geplaatst. In principe kan er normaal gegeten worden. Belangrijk is echter dat een verstopping van de buis door voedingsbestanddelen voorkomen wordt.

Algemene adviezen

- Eet langzaam en kauw goed
- Eet iedere 2-3 uur een kleine maaltijd
- Neem altijd wat te drinken bij de maaltijd
- Drink minimaal 1,5 liter drinkvocht verdeeld over de dag
- Heeft u het idee dat de voeding onvoldoende passeert, drink dan wat slokken water
- Ga niet met een volle maag naar bed. Gebruik daarom de warme maaltijd niet later dan ongeveer 4 uur voor het slapen gaan.
- Het opboeren van lucht kan een gevoel van opluchting geven. Dit gaat niet altijd gemakkelijk. Koolzuurhoudende dranken kunnen het boeren bevorderen.
- Indien u medicijnen gebruikt vraag dan aan uw arts na of alcoholische dranken zijn toegestaan.

Wees voorzichtig met voedingsmiddelen die de buis kunnen verstoppem

Eet deze voedingsmiddelen met aandacht, Snijd ze indien mogelijk heel klein en kauw er goed op voor u ze doorslikt.

Voorbeelden:

- Alle soorten vlees met bot zoals karbonades, kippenbouten, kippenvleugels, spareribs
- Vis met graten
- Draderig vlees zoals rosbief, rookvlees, fricandeau, biefstuk
- Grote stukken groente en fruit
- Draderige groente (bleekselderij, rabarber, asperges, taugé)
- Zuurtjes, drop, toffees, noten
- Kleffe voedingsmiddelen zoals witte bolletjes, pannenkoeken, pindakaas, ontbijtkoek

Wat kunt u eten tijdens de maaltijden

Broodmaaltijd

- Graanproducten: alle soorten brood die geen hele korrel bevatten: bruinbrood, volkorenbrood, vezelrijke knäckebröd, (volkoren) beschuit, crackers, toastjes, krentenbrood, rozijnenbrood
- De boterhammen normaal besmeren met boter/beleg

- Alle soorten pap
- Alle soorten alle soorten kaas, vleeswaren en zoet beleg, behalve pindakaas
- Snijd vleeswaren eerst klein
- Alle dranken

Warme maaltijd

- Alle soorten soep
- Alle soorten vlees, vis, wild, gevogelte, vegetarische vleesvervanging (snijd vlees eerst klein)
- Ruime hoeveelheden jus of saus
- Alle soorten groente, klein gesneden rauwkost
- Aardappelen, rijst, pastasoorten, deegwaren
- Peulvruchten
- Alle nagerechten

Let op !

Het pureren van de warme maaltijd is alleen noodzakelijk indien u niet goed kunt kauwen vanwege een slecht gebit of een slecht zittende gebitsprothese.