

## Endoscopie

# Voedingsadvies na gastrojejunostomie

Door een vernauwing gaat het eten en drinken lastig door de maag of darm heen. Om te zorgen dat eten en drinken weer goed door de maag en darm heen kan, heeft u een stent (een buisje) gekregen. Dit buisje maakt een verbinding tussen de maag en de darm.

In deze folder krijgt u informatie over wanneer u weer kunt gaan eten. En informatie over waar u rekening mee moet houden bij eten en drinken.

### Na de stentplaatsing

Als u goed wakker bent na de procedure mag u dezelfde dag dat u de stent heeft gekregen wat drinken.

Neem dan bijvoorbeeld: water, thee, limonade, appelsap, gladde soep en drinkyoghurt. Als u drinkvoeding gebruikt kunt u dit ook drinken. Neem minimaal 6 keer per dag een glas van dit drinken.

Gaat dit goed dan mag u ook andere vloeibare producten nemen. Neem dan bijvoorbeeld yoghurt, kwark, pap, soep, melk, sap. U mag dan ook een glad gepureerde warme maaltijd.

Als het eten en drinken goed gaat en geen pijn geeft, mag u de volgende dag ook vaste voeding gaan eten, zoals brood en een (normale) warme maaltijd.

Het is belangrijk dat het buisje niet verstopt raakt. Daarom geven we u de volgende adviezen:

### Algemene adviezen

- Kauw het eten goed
- Eet iedere 2-3 uur een kleine maaltijd
- Neem altijd wat te drinken bij de maaltijd
- Drink minimaal 1,5 liter vocht verdeeld over de dag
- Als u misselijkheid ervaart, stop dan met eten. Als dit is weggezakt, kunt u weer voeding innemen.
- Het opboeren van lucht kan een gevoel van opluchting geven. Dit gaat niet altijd gemakkelijk. Koolzuurhoudende dranken kunnen het boeren bevorderen.

## **Wees voorzichtig met voedingsmiddelen die het buisje zouden kunnen verstopen**

Eet deze voedingsmiddelen met aandacht, snijd ze indien mogelijk klein en kauw er goed op.

### **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
- Vezelig fruit (sinaasappel, mandarijnen)
- Draderige groente (bleekselderij, rabarber, asperges, taugé)
- Zuurtjes, drop en toffees

### **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.