

Amsterdams Centrum voor Endocriene - en Neuro-endocriene Tumoren
(AcCENT)

Voeding bij neuro-endocriene tumoren (NET)

Er is een speciale digitale voedingsfolder gemaakt voor mensen met een neuro-endocriene tumor (NET). De folder geeft praktische tips en voedingsadviezen bij klachten.

Deze tips en adviezen zijn opgesteld met medewerking van DBNETS (Dutch Belgian Neuro Endocrine Tumor Society). Dit is een samenwerking van alle NET-expertisecentra in Nederland en België.

Het Amsterdams Centrum voor Endocriene en Neuro-endocriene Tumoren van Amsterdam UMC (AcCENT) is gespecialiseerd in de zorg voor patiënten met een neuro-endocriene tumor. U kunt hier terecht voor informatie, behandeling en begeleiding, afgestemd op uw persoonlijke situatie.

DBNETS is een samenwerkingsverband van alle NET-expertisecentra in Nederland en België. Samen werken wij aan betere zorg voor mensen met een NET.

De folder is alleen online te bekijken via deze link, of scan de bijgaande QR-code:

<https://www.bestanden-online.com/brochures/Dieetadvies-folder-NET/index.html?r=90>

Je kunt de folder openen op je telefoon, tablet of computer.
Er is geen papieren versie beschikbaar.



QR code folder voedingsadviezen

Waarom is voeding belangrijk bij NET?

Bij een NET kan je lichaam anders reageren op eten en drinken. Je kunt klachten krijgen zoals:

- diarree
- buikpijn of buikkrampen
- misselijkheid
- winderigheid

Goede voeding kan helpen om deze klachten te verminderen en om voldoende energie en voedingsstoffen binnen te krijgen.

Algemene voedingsadviezen

1. Eet vaker kleine maaltijden

- Eet liever 5 tot 6 kleine maaltijden per dag dan 3 grote. Dit is vaak makkelijker voor je darmen.

2. Drink voldoende

- Drink verspreid over de dag genoeg water of thee.
- Vermijd grote hoeveelheden:
 - alcohol
 - cafeïne (koffie, energiedrank).

3. Let op voeding die klachten kan geven

- Sommige producten kunnen klachten erger maken, zoals:
 - pittig of sterk gekruid eten
 - vet eten
 - veel vezels
 - alcohol.

Kijk goed hoe jouw lichaam reageert.

Vitaminen en mineralen

Bij mensen met een NET is het belangrijk om voldoende vitaminen en mineralen binnen te krijgen. Deze voedingsstoffen helpen je lichaam goed te werken. Ze zijn belangrijk voor je energie, weerstand, botten en spieren. Bij NET kan het lichaam soms minder goed voedingsstoffen opnemen, bijvoorbeeld door diarree, een verminderde eetlust of door medicijnen en behandelingen. Dit kan leiden tot tekorten aan bepaalde vitaminen of mineralen, ook al merk je dit niet altijd meteen.

De digitale voedingsfolder voor NET-patiënten legt uit welke vitaminen en mineralen belangrijk zijn en hoe je kunt zorgen dat je er genoeg van binnenkrijgt. Ook staat er in de folder dat je niet zomaar supplementen moet nemen. Het gebruik van extra vitaminen of mineralen moet altijd besproken worden met je arts of diëtist. Soms is bloedonderzoek nodig om te controleren of er echt een tekort is.

Een diëtist kan helpen door te kijken of je voeding voldoende vitaminen en mineralen bevat en door advies te geven over voedingsmiddelen die hierbij kunnen helpen. Zo krijg je op een veilige manier de voedingsstoffen binnen die je lichaam nodig heeft.

Belangrijk om te weten

- Iedere NET-patiënt is anders. Wat voor de één werkt, werkt niet altijd voor de ander.
- Bespreek voeding altijd met je zorgverlener, zoals je arts, verpleegkundig specialist of diëtist.
- Vraag hulp als je afvalt, weinig eet of veel klachten hebt.