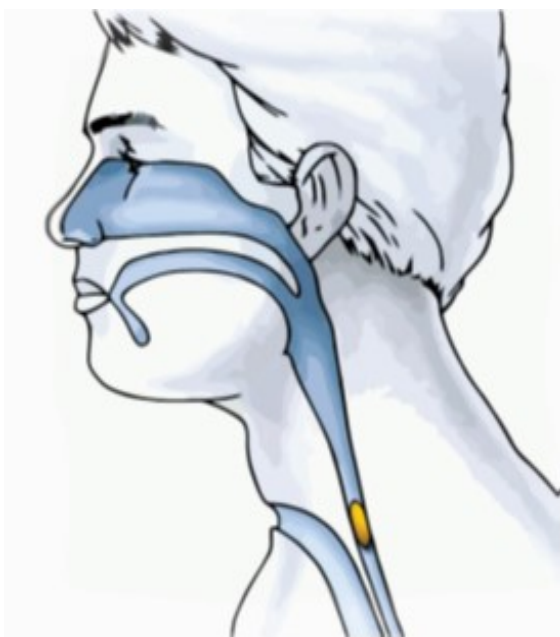


Eten en drinken na een laryngectomie

Na een laryngectomie is de luchtweg en voedselweg gescheiden. In het begin voelt het slikken anders aan en het slikken gaat iets langzamer. U kunt zich niet meer verslikken en u zult merken dat het belangrijk is om goed te kauwen en rustig te eten.



Goede voeding is essentieel

Het is belangrijk om te begrijpen waarom goede voeding essentieel is, vooral tijdens een operatie of de bestraling. Een operatie of periode van bestraling vraagt veel van uw lichaam en vereist vaak extra energie, vocht, eiwitten, vitamines, mineralen en andere bouwstoffen om uw voedingstoestand op peil te houden of te herstellen. Een stabiel gewicht geeft aan dat u voldoende energie binnenkrijgt.

Een goede voedingstoestand draagt bij aan een betere behandeling. U heeft minder risico op complicaties, een betere weerstand en een sneller herstel. Denk aan voeding als de brandstof voor uw lichaam, vergelijkbaar met benzine voor een auto. Het aantal kilocalorieën (kcal) dat u binnenkrijgt, is belangrijk. Als u meer binnenkrijgt dan nodig is, kunt u aankomen, en als u minder binnenkrijgt, kunt u afvallen.

Dit geldt zeker voor u, gezien uw situatie. Wees extra alert op uw voeding, bij voorkeur al voor het begin van de behandeling. Bij twijfels of vragen is het altijd goed uw arts, diëtist of andere zorgverlener te benaderen.

Veranderingen en aanpassing in het eten

Na de operatie kan het slikken, zeker in het begin, anders aanvoelen en wat langzamer gaan. Kauw goed en neem de tijd om te eten. Pas eten en drinken niet te snel aan: kauwen is belangrijk voor smaak, speekselproductie en een zo normaal mogelijke slikbeweging.

Soms ontstaat na de operatie een vernauwing in de slokdarm door littekenweefsel, waardoor eten en drinken moeilijk door de slokdarm gaat. Meldt problemen met het slikken aan uw arts. Eventueel kan een logopedist advies geven over wat het makkelijkst is om te eten en drinken.

Bijwerkingen van de behandeling kunnen het eten moeilijker maken, maar het blijft belangrijk voldoende binnen te krijgen dan kunt u de behandeling over het algemeen beter aan. Soms is het nodig het eten en drinken aan te passen, overleg dit met uw arts, diëtist of logopedist. Zie voor meer informatie ook www.alsetenevenmoeilijkis.nl.

Mocht het lastig zijn voldoende voeding binnen te krijgen dan kan drinkvoeding of in sommige gevallen sondevoeding een oplossing zijn. Bespreek dit met uw arts, diëtist of logopedist.

Wanneer u voedingssupplementen (zoals vitamine-tabletten) gebruikt: let op de dosering en het type van vitamines en mineralen. Overdosering kan schadelijk zijn, vooral in combinatie met chemotherapie en/of bestraling. Bespreek daarom altijd met uw behandelend arts of diëtist welke extra vitamines of mineralen u gebruikt en in welke hoeveelheden. Het gezegde "Baat het niet, dan schaadt het niet" is niet altijd van toepassing in deze situatie.

Problemen bij eten

Valt u af zonder dat u daarvoor moeite doet of lukt eten steeds moeizamer? Meld dit bij uw arts.

Onderstaande verschijnselen zijn veel voorkomend, maar goed om ook te benoemen bij uw arts of diëtist:

- Zure oprispingen
Na de operatie zullen de spieren rond de slokdarm minder goed functioneren. Hierdoor kan bij bukken zure maaginhoud gemakkelijker terug in de mondholte komen.
- Boeren en winderigheid
Door de nieuwe manier van spreken kan het zo zijn dat de lucht vanuit de slokdarm niet naar boven, maar naar beneden ontsnapt en in de maag terecht komt. Eenmaal in de maag kan de lucht alleen nog maar als 'boer', of als 'wind' het lichaam verlaten.
- Moeilijke stoelgang (obstipatie)
- Diarree
- Verminderde eetlust en gewichtsverlies
- Ongewenste gewichtstoename

Links

Deze folder is onderdeel van “Verder zonder Stembanden”.

“Verder zonder stembanden” bevat ook onderstaande onderdelen:

[Laryngectomie: verwijderen van het strottenhoofd](#)

[Ademen-Stomazorg na een laryngectomie](#)

[Spreken-Prothesezorg na een laryngectomie](#)

[Ruiken na een laryngectomie](#)

[Bestraling \(en chemo\) na een laryngectomie](#)

[Soepel houden van hals en schouder na een halsklieroperatie/laryngectomie](#)

[Uw sociaal-emotionele leven na een laryngectomie](#)

[Video's over laryngectomie](#)