



INFORMATIE voor de patiënt

## Voedingsrichtlijnen

### Longbestraling

Mocht u, na het lezen van deze brochure nog vragen hebben, aarzel dan niet om telefonisch contact op te nemen met de verantwoordelijke diëtiste:

Martine Blomme: ☎ 02 476 34 99  
Liese Willockx: ☎ 02 801 24 68  
Karolien Uyttersprot: ☎ 02 474 92 03



## VOEDINGSADVIES BIJ BESTRALING VAN DE LONG

Tijdens uw bestralingsbehandeling is een goede en gevarieerde voeding erg belangrijk.

Dit is natuurlijk niet altijd even gemakkelijk, want tijdens de behandeling kunt u problemen ondervinden die van invloed zijn op uw voeding.

Ze treden meestal niet onmiddellijk op bij de eerste bestraling maar ontstaan geleidelijk tijdens de behandeling. De klachten beginnen over het algemeen vanaf de 3<sup>de</sup> bestralingsweek en verdwijnen meestal 2 tot 4 weken na het beëindigen van de bestraling.

Bij gelijktijdige chemotherapie kunnen de klachten eerder beginnen. U zult het niet altijd kunnen voorkomen maar het helpt wel als u er rekening mee kunt houden.

Als het lichaam zich na de behandeling herstelt, verdwijnen meestal de voedingsproblemen.

Tijdens de behandeling heeft het lichaam voldoende vocht nodig, onder meer om alle afvalstoffen te verwijderen. Geef de voorkeur aan plat water.

### **Vergeet vooral niet voldoende te drinken: tenminste 2l per dag**

Tracht ook genoeg eiwitten te gebruiken. U hebt ze nodig voor de opbouw en herstel van de weefsels. Je vindt ze vooral in melk, karnemelk, yoghurt, chocolademelk, kaas, vlees, vis en ei.

### **Deze zorgen ervoor dat je spiermassa behouden blijft!**

Er zijn ook speciale eiwitverrijkte drankjes of pudding verkrijgbaar bij uw apotheek. (vraag ernaar bij uw diëtiste).

Tijdens de bestraling kunt u problemen krijgen met slikken. Dat komt omdat bij een bestraling van een longtumor een deel van de slokdarm in het bestralingsveld ligt.

U kunt daarnaast het gevoel hebben dat het eten niet wil zakken.

## Adviezen:

- Neem kleine maaltijden ( om de 2uur) in plaats van 3 grote maaltijden
- Gebruik veel melkproducten zoals, pap, pudding, yoghurt, milkshakes...
- Vermijd hete dranken en gerechten
- Vermijd hard en droog eten zoals, pistolets, Frans brood , beschuit, chips, hard gebakken frietjes, noten, rauwe groenten, hard fruit...
- Geef eventueel de voorkeur aan een zachtere voeding zoals stampot, vol au vent, stoofpotjes, pasta met saus (niet te pikant), omelet, brood zonder korst, sandwich, brood soppen in soep of koffie,...
- Gebruik geen scherpe kruiden zoals peper, curry, paprika, mosterd, tabasco...
- Sinaasappel, kiwi, pompelmoes en vruchtensappen kunnen teveel prikkelen
- Een scheutje room door het vruchtensap werkt verzachtend
- Koolzuurhoudende dranken en alcohol worden best vermeden, ze kunnen erg irriteren

## Uw nota's

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

UZ Brussel  
Brussels Health Campus  
Laarbeeklaan 101  
1090 Jette  
tel: 02 477 41 11 [www.uzbrussel.be](http://www.uzbrussel.be) [info@uzbrussel.be](mailto:info@uzbrussel.be)

Editie : september 2017  
Verantwoordelijke uitgever: Prof. dr. M. Noppen