

## Diëtisten:

Kimberly Verriest  
Annelies Walgraeve  
Veerle Depraetere  
Ann Devos  
Lesley Deruddere

Dieetconsultaties enkel op afspraak  
of bij indicatie of doorverwijzing  
op het nummer 056/ 62 33 85  
of 056/ 62 38 05

## Contact

Telefoonnummer onthaal: 056/ 62 31 11



Infobrochure  
ONCOLOGISCH SUPPORT TEAM

Auteur: Dienst Oncologie  
Publicatiedatum: Januari 2021  
Doc: 6957

O.L.V. van Lourdes Ziekenhuis Waregem  
Vijfseweg 150  
8790 Waregem  
T. 056/ 62 31 11  
F. 056/ 62 30 20  
E. info@ziekenhuiswaregem.be

# Ongewenste gewichtsdaling

## Ongewenste gewichtsdaling

Ongewenst gewichtsverlies is één van de meest voorkomende problemen bij patiënten die chemo- en/of radiotherapie krijgen. Vaak wordt dit veroorzaakt door onvoldoende inname van voedsel, door ontstekingsprocessen en de metabole ontregeling of een combinatie van beiden. De verminderde voedingsinname is op zich dan vaak het gevolg van de behandeling of de tumorgroei zelf.

Daarnaast kunnen ook psychosociale factoren, onvoldoende zelfzorg of toename van hulpbehoefendheid een oorzaak zijn van het gewichtsverlies.

Bij 15 – 40% van de patiënten met kanker is er al sprake van gewichtsverlies in een vroeg stadium van de ziekte. Dit percentage kan oplopen tot 85% bij personen met een palliatieve behandeling.

Onbedoeld gewichtsverlies kan voor een patiënt met overgewicht vaak als prettig ervaren worden, maar men realiseert zich niet dat dit gewichtsverlies vaak een verlies aan spiermassa is in plaats van vetmassa.

Dit kan dan weer op zich leiden tot een tekort aan rode of witte bloedcellen of bloedplaatjes wat op zich dan kan leiden tot het uitstellen van de behandeling door een tekort aan die bloedcellen/plaatjes.

Omwille van die reden worden patiënten op het dagziekenhuis telkens gewogen. Indien het gewicht te snel zakt, zal er hulp ingeschakeld worden van de diëtist(e). Twijfel zeker niet om zelf hulp te vragen bij ongewenst gewichtsverlies!

## Voedingsadvies

- Vraag naar de diëtiste in uw ziekenhuis aan de verpleegkundigen op de afdeling. Zij neemt dan een volledige voedingsanamnese af om na te gaan waar het probleem zich situeert.
  - Een eiwitrijke en energieverrijkte voeding wordt meestal aangewezen.
  - Kleine frequente maaltijden.
  - Drink voldoende vocht (1,5 liter per dag).
  - Schakel frisdranken in of voeg siropen toe aan de dranken.
  - Aantrekkelijke maaltijden en snacks binnen handbereik.
  - Calorierijke tussendoortjes en maaltijden inschakelen.
  - Probeer maaltijden te mijden met een hoge verzadigingswaarde of weinig energie (onderdrukt eetlust).
  - Sla geen maaltijden over.
- Neem voldoende tijd om te eten en eet zoveel je kan.
  - Eet waar je zin in hebt.
  - Indien er te weinig hulp geboden wordt via de voeding, kunnen er poedervormige preparaten (extra koolhydraten, eiwitten) aan de voeding toegevoegd worden of kunnen drinkvoedingen ingeschakeld worden met eventueel sondevoeding of TPN in extreme gevallen. Vraag advies aan uw diëtiste of arts voor meer info hieromtrent.