

Voeding in relatie tot ondergewicht bij kanker



Herma ten Have, oncologiediëtist MSc

Programma

- Waarom is gewicht belangrijk bij kanker?
- Wat doet een (oncologie)diëtist?
- Wat kun je zelf doen om een gezond gewicht te behalen en te behouden?
- Waar kun je betrouwbare informatie vinden?



Samen werkt 't beter

Minimaal 1 kenmerkend criterium:

- Onbedoeld gewichtsverlies
- En/of lage BMI
- En/of verminderde spiermassa

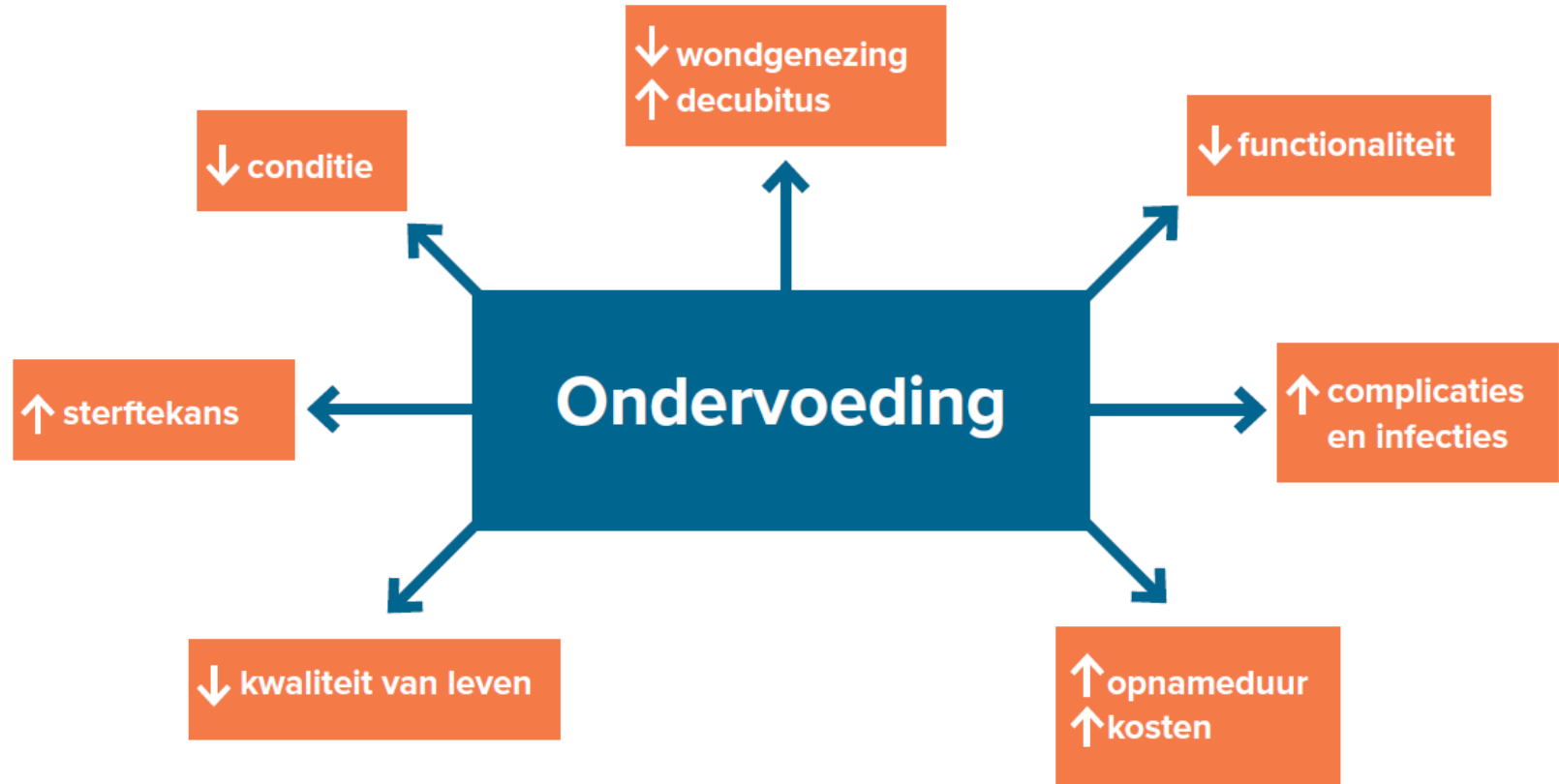
Ondervoeding bij kanker

- Wat is het verschil tussen gezond afvallen en afvallen bij kanker?



Samen werkt 't beter

Gevolgen van ondervoeding



Waarom is goede voedingszorg bij kanker belangrijk?

- Het maakt de duur en de gewenste intensiteit van de geplande kankerbehandeling mogelijk
- Het minimaliseert de schade die het gevolg is van de behandeling
- Het draagt bij aan herstel en welbevinden

Voeden geeft tijdswinst om de geplande behandelingen onder optimale voedingscondities te kunnen verrichten



Samen werkt 't beter

Naar de diëtist? Artsenwijzer diëtetiek

BEPAAAL ZORGPROFIEL

- Patiënt heeft geen voedingsproblemen, geen onbedoeld gewichtsverlies of ongewenste gewichtstoename.
- Patiënt heeft een gezond gewicht maar wel enkelvoudige voeding gerelateerde klachten die nog niet hebben geresulteerd in onbedoeld gewichtsverlies of ongewenste gewichtstoename er is geen relevante co morbiditeit en geen gebruik van drink- of sondevoeding.
- (Risico op) ondervoeding vastgesteld met een gevalideerd screeningsinstrument • Onbedoeld gewichtsverlies: > 5% gewichtsverlies in de laatste maand > 10% gewichtsverlies in de laatste 6 maanden • Ongewenste gewichtstoename: > 3 kilo sinds diagnose of overgewicht • 2 of meer voeding gerelateerde klachten • > 1 week symptomen die voedselinname, - passage en/of absorptie ernstig belemmeren.
- Tumor- en/of behandeling gerelateerde aandoeningen of klachten die vrijwel zeker leiden tot voeding gerelateerde problemen: • Hemato-oncologische aandoeningen met intensieve chemotherapie of selectieve darm decontaminatie. • Hoofd-halskanker • operatie of chemo/radiotherapie, disfunctie gastro-enterologische tumoren. • Neuro-endocriene tumoren • Ernstige complicaties zoals chyluslekkage, steatorroe, onregelde diabetes mellitus, decubitus. • Kanker bij kinderen • Bij sonde- en/of parenterale voeding • Complexe voeding gerelateerde klachten en/of hulpvragen • Onvoldoende vooruitgang bij oncologische revalidatie met vermoedelijk een voeding gerelateerde oorzaak.

Zorgprofiel 1

ZELFMANAGEMENT ⓘ

- [Dieet dit - Dieet dat - kanker](#)
- [Voeding & kanker](#)
- [Lastmeter](#)
- [Verwijsgids kanker](#)

Zorgprofiel 2

ZORGPROFESSIONALS ⓘ

- Monitor 1 keer per kwartaal gewicht(sverloop) .
- Screen de voedingstoestand met een daarvoor gevalideerd meetinstrument.
- Bespreek mogelijk onbedoeld gewichtsverlies en ongewenste

Zorgprofiel 3

DIËTIST ⓘ

Dieetbehandeling bij kanker draagt bij, in combinatie met voldoende beweging, aan een goed gewicht en een gunstige lichaamssamenstelling c.q. behoud of opbouw van spiermassa. Daardoor stijgt de

Zorgprofiel 4

DIËTIST MET SPECIALISTISCHE EXPERTISE ⓘ

De oncologiediëtist is gespecialiseerd complexe oncologische (voeding) problemen, die optreden bij bepaalde vormen van kanker,



Beslis n.a.v. het zorgprofiel of en naar wie je een patiënt doorverwijst

Samen werkt 't beter

Voedingsbehoefte berekenen

- Energiebehoefte: WHO formule, 30 - 50% toeslag
- Eiwitbehoefte liefst op basis van de vetvrije massa: 1,5 - >1,9 gram eiwit per kg vetvrije massa
- Vocht: 1,5 - 2,0 liter
- Vitamines en mineralen: volgens aanbeveling, tenzij...

Situatie	Eiwitbehoefte
Richtlijnen Goede Voeding	0,8 g eiwit per kg lichaamsgewicht per dag
Stabiël lichaamsgewicht, geen complicaties	1,0-1,2 g eiwit per kg lichaamsgewicht per dag
Recent gewichtsverlies, ziektegerichte behandeling, milde complicaties	1,2-1,5 g eiwit per kg lichaamsgewicht per dag
Grote operaties, intensieve chemotherapie, complicaties, grote verliezen	>1,5 g eiwit per kg lichaamsgewicht per dag



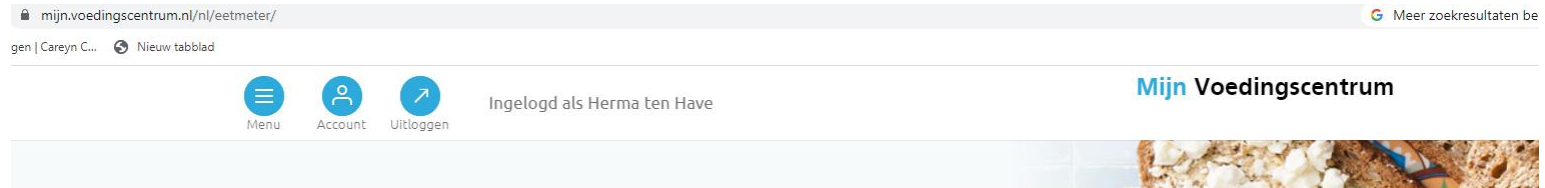
Samen werkt 't beter

Eiwitrijke producten



Samen werkt 't beter

Bereken zelf je voeding met de gratis Eetmeter



Mijn Eetmeter

Krijg inzicht in wat jij eet

Benieuwd of je dagelijks voldoende vitamines, mineralen en energie binnenkrijgt? En in hoeverre je eet volgens de Schijf van Vijf? Ontdek het door online Eetdagboek Mijn Eetmeter in te vullen. Je krijgt direct advies op maat.

Mijn nieuwe balans: hulp bij gezond afvallen

Wil je afvallen? Grote kans dat Mijn nieuwe balans binnen Mijn Eetmeter iets voor jou is. Mijn nieuwe balans kan ondersteunen bij het zetten van kleine maar uitdagende stappen richting een gezonder gewicht. We vragen je om het eetdagboek, je beweging en jouw gewicht bij te houden. Daarmee brengen we jouw voortgang in beeld en helpen we je met tips en advies. Meer weten? [Lees: Hoe gebruik je Mijn nieuwe balans bij afvallen?](#)



Nu starten

Gelijk aan de slag met Mijn Eetmeter?



Samen werkt 't beter

Landelijke Werkgroep Diëtisten Oncologie

De specialist op het gebied van Voeding en Kanker



Voor patiënten

- Wat kan een oncologiediëtist voor je doen
- Veelgestelde vragen van patiënten
- Ervaringen van patiënten

[LEES MEER >](#)



Voor professionals

- Wanneer is een oncologiediëtist nodig
- Waar vind ik een oncologiediëtist
- Welke adviezen kan ik zelf geven
- Ervaringen van patiënten
- Aanmelden verwijsgidskanker

[LEES MEER >](#)



Vind een oncologiediëtist

- De Verwijsgids Kanker helpt je bij het vinden van een diëtist bij je in de buurt

[LEES MEER >](#)



Over LWDO

- Wie zijn wij
- Onze missie

[LEES MEER >](#)

Verwijsgids kanker voor oncologiediëtisten



verwijsgids kanker

Helpt u bij het vinden van ondersteunende behandeling en begeleiding bij kanker.
Op ieder moment na de diagnose.

ik zoek zorg of hulp

begin met typen

voeg eventueel plaats of postcode toe

zoek



of ik zoek op

- 1 **onderwerp**
kies uit een lijst met onderwerpen
- 2 **type zorg of hulp**
kies uit een lijst van type zorgverleners of organisaties
- 3 **kaart**
bekijk organisaties en zorgverleners op de kaart



Meer weten over
Verwijsgids Kanker ?

→ Over ons

→ Nieuwsbrief



Samen werkt 't beter

Feit of fabel? www.voedingenkankerinfo.nl



The screenshot shows the homepage of the website 'voeding & kanker info'. The header is green and contains navigation links: Home, Recepten, Begrippenlijst, Over ons, Steun ons, Nieuwsbrief, and Contact. Below the header is the logo 'voeding & kanker info' with the tagline 'Van experts, voor patiënten'. A search bar is located on the right. A blue navigation bar contains categories: Kankerpreventie, Tijdens de behandeling, Na de behandeling, Alle vragen, and Professionals. The main content area features a section titled 'Voeding en kanker info' with a sub-heading 'Wetenschappelijk antwoord van experts op vragen van patiënten'. The text explains that the website is a program of the Wereld Kanker Onderzoek Fonds, providing answers to questions about nutrition and cancer prevention. It mentions that answers are based on scientific literature and are practical for daily use. A sidebar on the right has a section 'Smaak bij kanker' with an image of a 'SMAAK KOMPAS' (taste compass) and a button 'NAAR DE SMAAK PAGINA'. At the bottom of the sidebar is the text 'Blijf op de hoogte'.



Samen werkt 't beter

Handboek Voeding bij kanker

HANDBOEK

VOEDING BIJ KANKER

DERDE, GEHEEL HERZIENE DRUK



Redactie:
Herma ten Have
Sandra Beijer
Peggy Delsink
Niki Doornink
Rianne van Lieshout
Jeanne Vogel



deTijdstroom

