

# Whipple: voedingsadvies na ontslag

## informatie voor patiënten

Een evenwichtige en gevarieerde voeding volstaat meestal na een Whipple-operatie. Omdat een deel van het spijsverteringskanaal werd weggenomen, kunt u moeilijkheden ondervinden bij het eten van sterk gesuikerde of vette voedingsmiddelen.

We raden aan om frequent een kleine maaltijd te nemen, om een opgeblazen gevoel te vermijden en om uw lichaam de tijd te geven de voeding te verteren. Zorg daarnaast voor voldoende energie en eiwitten in uw voeding om gewichtsverlies te voorkomen.

### AANDACHTSPUNTEN

- Evenwichtige en gevarieerde voeding
- Frequentie maaltijden: 6 tot 8 kleine maaltijden, om de 2-3 uur
- Kleine porties
- Voldoende energie en eiwitten
- Traag eten en goed kauwen

## VOORBEELD VOEDINGSSHEMA NA ONTSLAG

- X Ontbijt: 2-3 sneden brood met margarine en zoet of hartig beleg
- X Voormiddag: kom soep
- X Middag: kleine portie warme maaltijd
- X Namiddag: tussendoortje zoals een melkproduct, stuk fruit, koek ...
- X Avond: 2-3 sneden brood met margarine en zoet of hartig beleg
- X Laatavond: tussendoortje zoals een melkproduct, stuk fruit, koek ...

Bij vragen of problemen kunt u ons  
altijd contacteren:  
tel. 016 34 10 90  
e-mail [gastrodieet@uzleuven.be](mailto:gastrodieet@uzleuven.be)