Alrijne ziekenhuis

Diëtetiek

Drinkvoeding

Contactgegevens Alrijne Ziekenhuis

Alrijne Ziekenhuis Leiden
Houtlaan 55
2334 CK Leiden
071 517 8178

Alrijne Ziekenhuis Leiderdorp
Simon Smitweg 1
2353 GA Leiderdorp
071 582 8282

Alrijne Ziekenhuis Alphen aan den Rijn
Meteoorlaan 4
2401 WC Alphen aan den Rijn
0172 467 467

www.alrijne.nl

U heeft van uw diëtist het advies gekregen om drinkvoeding te gaan gebruiken. In deze folder vindt u tips en informatie over het gebruik van drinkvoeding.

Waarom drinkvoeding?

Als u in korte tijd (onbedoeld) veel bent afgevallen of als u moeite heeft om voldoende te eten, bijvoorbeeld door een verminderde eetlust, misselijkheid, vermoeidheid, veranderde smaak of slikproblemen, kan drinkvoeding worden voorgeschreven.

Drinkvoeding is een vloeibare voeding die uw huidige voeding kan aanvullen of geheel kan vervangen. Door te zorgen dat u voldoende voedingsstoffen binnenkrijgt, bent u in een betere conditie en voelt u zich vaak fitter.

Er zijn veel verschillende soorten, smaken en merken drinkvoeding. Zo bestaat er onder andere drinkvoeding op melk-, yoghurt- en sapbasis. Tevens is er drinkvoeding in de vorm van vla, yoghurt en soep.

De diëtist zal met u bespreken welk soort drinkvoeding u gaat gebruiken. De hoeveelheid drinkvoeding die wordt geadviseerd is onder andere afhankelijk van de overige voedingsinname en het gewichtsverloop. Er wordt dan ook geadviseerd het gewicht 1-2 keer per week te controleren.

Tips bij het gebruik van drinkvoeding

- Drink de drinkvoeding rustig op. Snel opdrinken kan namelijk een vol gevoel geven.
- Gebruik de drinkvoeding tussen de maaltijden door en niet vlak vóór een maaltijd (tenzij anders wordt geadviseerd door de diëtist). Drinkvoeding dient te worden gebruikt als aanvulling op de huidige voeding en niet als vervanging.
- Indien gewenst kan een flesje drinkvoeding in meerdere kleine porties worden gebruikt. Als de nasmaak van de drinkvoeding tegenstaat, spoel dan na met een andere drank.
- Om de smaak af te zwakken, kan de drinkvoeding koud worden gedronken (uit de koelkast en/of toevoegen van ijsblokjes). De drinkvoeding kan ook worden gemengd met bijvoorbeeld (karne)melk, yoghurt of sap.
- Wissel als het mogelijk is de smaken en soorten zoveel mogelijk af.
- Recepten vindt u verderop in deze folder.

Vergoeding drinkvoeding

Drinkvoeding op medische indicatie wordt vergoed door uw zorgverzekeraar. Houd wel rekening met een eventueel verplicht eigen risico. De diëtist is gemachtigd om een vergoeding voor drinkvoeding aan te vragen bij de zorgverzekeraar. Er zijn meerdere manieren om een machtiging (verzoek om vergoeding) voor drinkvoeding aan te vragen. Indien de machtiging via een facilitair bedrijf wordt geregeld, wordt de drinkvoeding meestal al de volgende werkdag via een koerier thuisbezorgd. Na de eerste levering kunt u de gewenste smaken en soorten drinkvoeding zelf nabestellen via het facilitair bedrijf, totdat de machtiging is verlopen.

Ook is het mogelijk dat de machtiging via de apotheek wordt geregeld. De machtiging levert u dan in bij uw apotheek of de diëtist faxt de machtiging naar uw apotheek. Met deze machtiging kunt u drinkvoeding bij uw apotheek ophalen of het wordt bij u thuisbezorgd totdat de machtiging is verlopen.

Hoe moet de drinkvoeding worden bewaard?

- De drinkvoeding kan in een gesloten verpakking buiten de koelkast worden bewaard, tenzij anders staat vermeld.
- Een geopende verpakking mag 2 uur buiten de koelkast bewaard worden, in de koelkast is een geopende verpakking nog 24 uur houdbaar.
- Gebruik de drinkvoeding niet na de houdbaarheidsdatum.

Recepten

Voor variatie volgen hieronder een aantal recepten waarin de drinkvoeding is verwerkt. De recepten in deze folder zijn eenpersoonsporties. Aangezien er andere producten aan de drinkvoeding worden toegevoegd, neemt het totale volume toe. Belangrijk is dat u uiteindelijk voldoende drinkvoeding (de geadviseerde hoeveelheid) binnen krijgt.

Warme dranken

Drinkvoeding kan worden opgewarmd. Laat de drinkvoeding niet koken, er kunnen vitamines verloren gaan en de voeding kan gaan schiften. De drinkvoeding kan au bain-marie of gedurende 30 seconden in de magnetron op vol vermogen worden verwarmd. De verpakking is niet geschikt voor in de magnetron, schenk de voeding daarom over in een glas of magnetronbestendige beker.

Warme chocolademelk met slagroom

Verwarm een flesje drinkvoeding met chocolade- of karamelsmaak. Voeg eventueel slagroom toe.

Koffie

Verwarm een flesje drinkvoeding met koffie-, mokka- of karamelsmaak. Voeg er naar smaak wat oploskoffie aan toe en roer tot het is opgelost. Voeg eventueel slagroom toe.

IJsjes

Waterijs

Verdeel een flesje drinkvoeding op sapbasis over ijsvormpjes, steek er een stokje in en laat ze een aantal uur invriezen.

Sorbetijs

Meng een flesje drinkvoeding op sapbasis met 10 gram suiker en 200 gram appelmoes. Roer tot de suiker volledig is opgelost. Giet het mengsel in ijsvormpjes, steek het stokje erin en plaats de ijsjes in de vriezer. Na ongeveer zes uur zijn de ijsjes klaar.

IJskoffie

Vermeng een flesje drinkvoeding met koffie- of mokkasmaak met 2 bolletjes vanille-ijs in de blender of met de staafmixer. Naar smaak kan er nog een scheutje koude sterke koffie aan worden toegevoegd. Voeg eventueel slagroom toe.

Milkshake
Mix drinkvoeding naar keuze met:
- 2 bolletjes (vanille)ijs of 50 ml volle yoghurt/kwark
- fruit

Een combinatie van het bovenstaande is uiteraard ook mogelijk.

Hartig
Onderstaande recepten zijn gebaseerd op drinkvoeding met een neutrale smaak.

Roerei
Meng in een kom 2 eieren, 1 flesje drinkvoeding met neutrale smaak, peper, zout en verse kruiden naar keuze. Verhit wat boter of olie in een koekenpan en voeg het eimengsel toe. Bak het eimengsel op een laag vuur, totdat dit begint te stollen. Schep daarna het geheel om. Bak de stukjes roerei goudbruin.

Soep
Strooi de inhoud van een zakje instant soep in een soepkom of beker en los deze op in een scheutje heet water. Verwarm een flesje drinkvoeding met neutrale smaak in een pannetje of magnetron (niet koken) en voeg deze al roerende toe aan de soep.

Pannenkoeken (5 stuks)
Meng 200 gram bloem met een snufje zout en een ei in een kom. Voeg al roerend een flesje drinkvoeding met neutrale smaak toe tot er een glad dik beslag ontstaat. Voeg daarna nog een flesje drinkvoeding met neutrale smaak toe, zodat er een glad dun mengsel ontstaat. Smelt wat boter of olie in een pan en bak hierin de pannenkoeken goudbruin. De pannenkoek kan gegeten worden met onder andere suiker, stroop, jam, kaas, spek of chocoladepasta.

Meer informatie
Heeft u vragen naar aanleiding van deze informatie, neem dan contact op met de afdeling Diëtetiek van Alrijne Ziekenhuis. De afdeling Diëtetiek is op werkdagen bereikbaar via telefoonnummer 071 582 8047.

Advies drinkvoeding

Naam diëtist:

……

Naam patiënt:

……

Geboortedatum:

……

De diëtist heeft het volgende voorgeschreven:

Soort:

……

Dosering:

……

Aangevraagd via:

……

Machtiging geldig tot:

……-……-……..

Let op: indien u bekend bent bij de trombosedienst, moet u het gebruik van drinkvoeding daar melden.

Foldernummer 08.30, 04_25