



## Wat kan ik doen als het niet lukt om voldoende te eten?

ALS en voeding

Wanneer u als gevolg van ALS problemen heeft met kauwen en slikken of bijvoorbeeld een slechte eetlust heeft, krijgt u mogelijk niet meer voldoende voedingsstoffen binnen om op gewicht te blijven. In dat geval kunt u eerst proberen om uw gewone voeding zo energierijk mogelijk te maken (zie blad: *Eet ik wel voldoende?*). Als dat ook niet genoeg is, kunt u gebruikmaken van drinkvoeding.

### Drinkvoeding

Drinkvoeding is een vloeibaar product dat in een verpakking van gemiddeld 125-200 ml zit. Er zitten veel calorieën, eiwitten en andere voedingsstoffen in: één flesje heeft ongeveer dezelfde voedingswaarde als twee bruine boterhammen met roomboter en een dikke plak kaas. Hoeveel drinkvoeding u nodig heeft, hangt af van de hoeveelheid gewone voeding die u verder nog eet. De diëtist zal dit met u bespreken.

Er zijn veel verschillende soorten drinkvoeding beschikbaar, in verschillende smaken:

- op melkbasis (neutrale of vruchtensmaak);
- op yoghurtbasis (fris-zure fruitsmaak);
- op sapbasis (fruitsmaak);
- op soepbasis (hartige smaak);
- dessertvariant (meer om te lepelen dan om te drinken).

Drinkvoeding is een kostbaar product, maar als u het nodig heeft er dus een indicatie is, hoeft u het niet zelf te betalen. Uw diëtist schrijft een machtiging voor uw zorgverzekeraar. De voeding wordt geleverd door een toeleveringsbedrijf.

Als drinkvoeding niet voldoende effect heeft, kunt u sondevoeding overwegen. Daarover leest u meer op het blad: *Wat moet ik doen als het eten en drinken niet meer gaat?*

### Drinkvoeding

- Recepten met drinkvoeding kunt u vinden op de websites van de toeleveringsbedrijven of vragen aan uw diëtist.
- Carrie van den Akker. STERK, lekker eten en variëren met medische drinkvoeding.