

ZOL GENK

Campus Sint-Jan
Campus Sint-Barbara
Medisch Centrum André Dumont
ZOL MAAS EN KEMPEN



Dieet - Tyramine-arm

(bij inname van Procarbazine)

ZOL GENK

Campus Sint-Jan
Synaps Park 1
B 3600 Genk

Campus Sint-Barbara

Bessemmerstraat 478
B 3620 Lanaken

Medisch Centrum André Dumont

Stalenstraat 2a
B 3600 Genk

ZOL MAAS EN KEMPEN

Diestersteenweg 425
B 3680 Maaseik

ZOL GENK
tel. +32(0)89 80 80 80
ZOL MAAS EN KEMPEN
tel. +32(0)89 50 50 50
info@zol.be

Beste patiënt,

Via deze brochure willen we u informeren over tyramine-arme voeding.

Heeft u na het lezen van deze brochure nog vragen, aarzel dan niet om ons te contacteren.

Oncodiëtisten:

Ann Cuvelier
T+32(0)89 32 43 91
ann.cuvelier@zol.be

Kirsten Cardone
T+32(0)89 32 43 92
kirsten.cardone@zol.be

Marijke Smeets
T+32(0)89 32 43 88
marijke.smeets@zol.be

Inhoudsverantwoordelijke: dr. Y. Staelens (Oncoloog) | Januari 2022

INHOUDSTAFEL

1. Inleiding	3
2. Toegelaten en te mijden voedingsmiddelen	4

01 INLEIDING

Tyramine is een eiwit en komt van nature voor in uw voeding.

Je vindt het vooral in gemakkelijk bederfbare eiwitrijke producten zoals vlees, gevogelte, ei, vis en zuivel. Verse eiwitrijke producten bevatten weinig tyramine, maar als ze langer bewaard of bewerkt worden (bvb. drogen, roken, rijpen), ontstaat door bacteriële omzetting meer tyramine.

Procarbazine is een MAO-remmer.

MAO (een enzym) zorgt onder andere voor de afbraak van tyramine in het lichaam. Door het gebruik van een MAO-remmer kan de hoeveelheid tyramine te hoog worden en te hoge bloeddruk veroorzaken (ook migraine, duizeligheid, hartkloppingen en verhoogde hartslag).

Het is belangrijk dat u vanaf dag één bij de inname van Procarbazine dit dieet volgt.

Na de inname van Procarbazine moet u dit dieet nog 3 dagen aanhouden, dan kan u weer normaal eten.

02 TOEGELATEN EN TE MIJDEN VOEDINGSMIDDELEN

TOEGELATEN

TE MIJDEN

Soepen

Soep kunt u nog 24 uur na de bereiding eten, mits snel afgekoeld en koel bewaard.

Vlees, vleesvervangers en gevogelte

- Zo vers mogelijk aankopen en zo snel mogelijk bereiden.
- Ontdooi diepgevroren vlees en gevogelte altijd in de koelkast of magnetron en bereid het dadelijk na het ontdooien. Bereid vlees of gevogelte kan u nog 24 uur in de koelkast bewaren.
- Vleeswaren kunt u maximaal 4 dagen bewaren na opening van de verpakking.

Beperkt

Salami, cervelaatworst, rookvlees, rauwe ham, gerookte hesp, bacon, gerookt spek, paté: max. 1 snede (15g)

Onbeperkt

Kalkoenfilet, kippenwit, gekookte hesp, gebraad
Vleesvervangers zonder kaas

Rauw vlees, ongere kip

Vlees met kaas (cordon bleu, kaasburger)

Vleesvervangers met kaas

TOEGELATEN

TE MIJDEN

Vis, schaal- en schelpdieren

Ontdooi diepgevroren vis, schaal- en schelpdieren altijd in de koelkast of magnetron en bereid het dadelijk na het ontdooien. Bereide vis kan u nog 24 uur in de koelkast bewaren

Beperkt

Ansjovis max. 15g

Onbeperkt

Zeer verse en zeer koel bewaarde vis en diepvries vis

Rauwe vis

Opgelegde haring en rolmops

Gerookte vis zoals makreel, zalm en forel

Aardappelen

GEEN beperkingen

Groenten, fruit en noten

Beperkt

30g noten en gedroogd fruit

Onbeperkt

Banaan zonder draadjes
Vers fruit en groenten

Gefermenteerde groenten zoals zuurkool en olijven

Overrijp fruit (bruine banaan)

Overrijpe avocado

TOEGELATEN

TE MIJDEN

Eenpansgerechten, kant- en klare gerechten

Eenpansgerechten en pizza zonder kaas, salami...

Pizza (kaas, salami...)
Salades met kaas
Hamburgers met kaas

Kaas, melk en melkproducten

Koop verpakte kaas en bewaar deze na opening niet langer dan 2 weken in de koelkast, ook al is de "Ten minste houdbaar tot" (THT) datum nog niet verlopen. Melk, yoghurt, witte kaas...: gebruik ze voor de THT datum, eens geopend, gebruik ze dan binnen de 3 dagen.

Beperkt

Max. 2 sneden (40g) jong belegen of belegen Hollandse kaas zoals Gouda, Edam, Maasdam, Leidse
In plaats van 1 sneede kaas mag u 1 eetl. (10g) Parmezaanse kaas of pesto nemen

Onbeperkt

Jonge Hollandse kaas
Zachte verpakte kaas zoals Mozzarella, roomkaas (natuur of met kruiden), Boursin, Philadelphia), witte kaas, cottage cheese, ricotta, mascarpone...
Melk en karnemelk

Ongepasteuriseerde melk

Ongepasteuriseerde kaas (kaas van rauwe melk)
Smelt-en smeerkaas
Oude kaas, boerenkaas, rookkaas
Brie, Camembert, Emmentaler, Cheddar, Gorgonzola, Roquefort, Gruyère, Chaumes, Saint Albray, Herve, Port Salut, Feta,...
geitenkaas, schapenkaas, kaassoufflé, kaasfondue

TOEGELATEN	TE MIJDEN
------------	-----------

Vetstoffen en eieren

Bewaar eieren op een koele plaats (4 - 12°C) en gebruik ze voor de THT datum.

GEEN beperkingen

Brood en andere graanproducten

Commercieel gemaakt brood	Zelfgemaakt gistbrood, zuurdesembrood
---------------------------	--

Suiker, zoet broodbeleg, dessert en snoepgoed

	Kaaschips, kaaszoutjes Chocolade, chocopasta
--	---

TOEGELATEN	TE MIJDEN
Specerijen, smaakstoffen en sojaproducten	
Beperkt Tempéh max. 100 g Sojasaus max. 1 eetlepel Onbeperkt Tofu, tahoe, sojadrink, sojapudding... Alle verse en gedroogde kruiden, zout	Worcestershiresaus Gefermenteerde oosterse (vis)sauzen Biergist Brooddrank Maggi / OXO Marmite en Tartex (= pure gist)

Dranken

Beperkt 1-2 glazen wijn*, sherry*, porto*, advocaat*, sterke drank* 1-2 flesje bier* of alcoholvrij bier <i>*indien uw arts alcoholische dranken toelaat</i> Max. 0,5 liter zoethoutthee Onbeperkt Koffie, thee, vruchtenthee en kruidenthee Water met of zonder bruis Frisdrank, fruitsap	Chianti wijn en champagne Witte en zware bieren, kloosterbier Bier met extra gist
--	---

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.



www.ZOL.be



www.twitter.com/ZOLziekenhuis



www.facebook.com/ZOLzh



www.youtube.com/user/ZOLziekenhuis

Schrijf u in op onze nieuwsbrief via www.zol.be

Raadpleeg online uw medisch dossier via www.mijnzol.be