

Beste patiënt,

Het is belangrijk dat u tijdens de bestraling van uw hoofd-halsgebied een aantal voedingsrichtlijnen volgt.

VOEDINGSADVIEZEN BIJ HOOFD-HALSBESTRALING

Bestraling in het hoofd - halsgebied kunnen bijwerkingen geven die de inname van voldoende voeding kunnen verhinderen.

Gezonde voeding en voldoende water drinken zorgen voor een goede conditie van het lichaam.

Bij een goede conditie is het lichaam in staat sneller te recupereren waardoor deze bijwerkingen ook minder gecompliceerd zullen zijn en/of sneller zullen verholpen kunnen worden.

Naarmate de bestraling in het hoofd - halsgebied vordert, kan het zijn dat eten moeilijker wordt. Aangepaste voeding kan dan een hulp zijn om het lichaam te voorzien van alle noodzakelijke voedingsstoffen. De diëtiste zal hiervoor een advies op maat voorzien. Een wekelijkse opvolging is daarom voorzien.

ALGEMENE VOEDINGSRICHTLIJNEN BIJ DE START VAN DE BESTRALING IN HET HOOFD - HALSGEBIED:

- Drink voldoende water: 1,5 – 2 L per dag
- Eet gevarieerd en gezond
- Vermijd te warme maaltijden, soepen en dranken
- Gebruik zachte voeding: vermijd scherpe stukjes zoals bv. stokbrood, gefrituurde voeding, sommige rauwkost, ...
- Indien kauwen moeilijk gaat, bekijk dan samen met de diëtiste de alternatieven
- Vermijd zure en pikante voeding
- Vermijd alcoholische dranken
- Rookstop
- Goede mondhygiëne na de maaltijd