

Wat kan ik doen als eten moeilijker wordt?

Drinkvoeding

Wanneer u als gevolg van ALS problemen heeft met kauwen en slikken, 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 ander blad). Als dat ook niet afdoende is, kunt u gebruik gaan maken van drinkvoeding.

Drinkvoeding is een vloeibaar product dat in een flesje of pakje van ongeveer 200 ml zit. Het is zeer geconcentreerd in calorieën en eiwitten: één flesje heeft ongeveer dezelfde voedingswaarde als een bruine boterham met roomboter en een dikke plak kaas. Hoeveel drinkvoeding u moet gaan gebruiken, hangt af van de hoeveelheid 'gewoon' eten die u verder nog tot u neemt.

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

- op melkbasis (vrij zoete smaak);
- op yoghurtbasis (fris-zure smaak, iets dikker);
- op sapsbasis (zoete sapsmaak);
- op soepbasis (hartige smaak);
- in puddingvorm (zo dik als pudding, dus meer om te lepelen dan om te drinken).

Drinkvoeding is vrij prijzig maar als u hierop aangewezen bent, hoeft u het niet zelf te betalen. U krijgt een machtiging van de zorgverzekeraar. De diëtist kan die machtiging voor u aanvragen. De voeding wordt dan geleverd door een facilitair bedrijf of door uw apotheek.

Recepten met drinkvoeding kunt u vinden op

http://www.sorgente.nl/nl/sorgente_drinkvoeding_recepten.htm.

Als het niet meer mogelijk is drinkvoeding te gebruiken, kunt u overstappen op sondevoeding. Daarover leest u meer op het blad: **Wat moet ik doen als het eten en drinken niet meer gaat?**