

Voeding bij kanker palliatieve fase

Als u door kanker steeds zieker wordt, kan het lastig zijn om voldoende te blijven eten en bewegen. Uw conditie en kracht gaan achteruit. U valt vanzelf af, terwijl dat niet uw bedoeling is. In deze folder leggen we uit waardoor dit komt.

Oorzaken verlies van gewicht en conditie

- Eten is moeilijk omdat de tumor in de weg zit, bijvoorbeeld in de mond, maag of darmen.
- U heeft last van bijwerkingen door behandelingen zoals operatie, bestraling of chemotherapie. Bijwerkingen kunnen bijvoorbeeld zijn misselijkheid, een gevoelige mond of keel, smaakverlies, diarree of juist verstopping.
- Spierweefsel en vetweefsel neemt af, voornamelijk door de ziekte zelf.
- Uw lichaam kan de voeding minder goed opnemen.
- Uw kracht, conditie en gewicht gaan achteruit. U bent sneller moe en u kunt uitgeput raken.
- Uw eetlust wordt minder, het eten smaakt anders dan u gewend bent en heeft u sneller een vol gevoel. Als genezing niet meer mogelijk is, blijft dit proces doorgaan en kunt u steeds meer conditie en gewicht verliezen. Dit verschijnsel noemt men cachexie.

Voldoende gewicht behouden

Als genezing niet meer mogelijk is, wordt vaak gestart met een palliatieve behandeling. Wanneer de behandeling gericht is op het terugdringen van de ziekte, kan voldoende inname van voeding ervoor zorgen dat u niet verder afvalt.

Blijven bewegen is daarbij ook belangrijk om te voorkomen dat uw spieren afnemen. Dit is noodzakelijk om een behandeling te kunnen ondergaan. Als u overdag meer dan de helft van de dag in bed ligt, kan uw conditie te slecht worden waardoor de behandeling meer kwaad dan goed kan doen.

Als u behoefte heeft aan een persoonlijk advies over voeding of beweging, bespreek dit dan met uw arts of verpleegkundige. Zij kunnen u verwijzen naar een diëtist of fysiotherapeut. Ook kunt u de folder 'Voeding bij Kanker' van het KWF raadplegen.

Voeding ondersteunend aan kwaliteit van leven

De betekenis van voeding wordt anders als:

- de ziekte verergert
- de behandeling niet meer goed werkt
- de behandeling is gestopt.

Door de ziekte neemt uw gewicht af. Het verbeteren van de conditie is niet meer mogelijk. Dit is niet meer afhankelijk van de hoeveelheid voeding die iemand binnenkrijgt. De meeste mensen hebben minder eetlust en daardoor moeite met eten en drinken. Voeding is dan alleen nog nodig om zo prettig als mogelijk te kunnen leven.

Vocht en voeding in de laatste weken

Wanneer het levenseinde nadert, krijgt u steeds minder behoefte aan eten en drinken. Het honger- en dorstgevoel verdwijnt. Voeding wordt niet meer goed opgenomen in het lichaam en kan zelfs voor ongemak zorgen, zoals misselijkheid, overgeven, diarree of buikpijn.

Het is belangrijk dat u alleen iets eet of drinkt als u hier zin in heeft. Eet of drink niet omdat u denkt dat dit moet. Soms is het goed om te beseffen dat mensen niet overlijden omdat ze niet meer eten of drinken, maar dat zij niet meer eten of drinken omdat de ziekte de overhand krijgt.

Adviezen

- Laat uw naasten iets meenemen wat u lekker vindt.
- Verwacht niet dat alles op gaat: het kan zijn dat u er uiteindelijk toch geen trek in heeft of na één hapje al genoeg heeft.
- Er zijn geen voedingsmiddelen die in deze situatie ongezond voor u zijn. U mag eten waar u behoefte aan heeft. Er zijn ook geen voedingsmiddelen die u juist nog wel zou moeten eten.
- Uw naasten kunnen helpen om uw mond vochtig en schoon te houden, wanneer u dit zelf niet meer kan. Ook als u weinig eet, blijft een goede mondverzorging belangrijk om klachten zoals een droge of pijnlijke mond te voorkomen.
- Samen zijn is belangrijk. U kunt bijvoorbeeld samen naar een tv-programma of dvd kijken, foto's bekijken, naar muziek luisteren of herinneringen ophalen. Of alleen elkaars hand vasthouden en samen stil zijn.

Het is belangrijk dat u zich gesteund voelt in uw beslissingen, ook als deze door uw naasten niet goed begrepen worden. Vermijd een discussie.

Vragen?

U kunt ons gewoon bellen

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen, neem dan contact op of kijk op www.olvg.nl
Heeft u vragen over de vergoeding of betaling? Neem dan contact op met uw
zorgverzekeraar of kijk op www.olvg.nl/zorgnota

Meer informatie online

Meer informatie vindt u ook op de volgende website(s):
www.olvg.nl/oca

Contact

team Ondersteunende en palliatieve zorg

T **locatie Oost:** 020 599 22 92 (ma t/m vrij 8.150 – 16.15 uur)
E palliatiefteam@olvg.nl

T **locatie West:** 020 510 83 01 (ma t/m vrij 8.15 – 16.15 uur)
E palliatieteam@olvg.nl

Oost
Oosterpark 9
1091 AC Amsterdam

West
Jan Tooropstraat 164
1061 AE Amsterdam

Spuistraat
Spuistraat 239 A
1012 VP Amsterdam

IJburg
IJburglaan 727
1087 CH Amsterdam

Algemene voorwaarden: www.olvg.nl/algemene_voorwaarden. Klacht of opmerking: ga naar www.olvg.nl/klacht

Redactie en uitgave: Marketing en Communicatie, 26 juli 2017, 3082