

Oplossing voor mensen met eet- en slikproblemen na kankerbehandeling in hoofd- en halsgebied

60 voedzame recepten voor wie opnieuw moet leren eten

Persbericht

ZNA

Leopoldstraat 26
2000 Antwerpen

tel: 03 234 45 11
www.zna.be

- Hoofd-halskanker heeft grote gevolgen voor levenskwaliteit
- Patiënten veel meer gefrustreerd door moeilijkheden met eten dan door spraakproblemen
- Recepten van patiënten uitgewerkt door ervaren logopedisten en diëtisten
- Smakelijk alternatief voor sondevoeding en bijvoedingen

Antwerpen, 22 september 2020 - Om mensen met hoofd-halskanker opnieuw te leren genieten van hun eten, is er nu een map met meer dan 60 recepten. Door kauw- en slikproblemen eten ze te weinig en krijgen ze onvoldoende voedingsstoffen binnen. Om dit op te vangen en niet volledig afhankelijk te zijn van sondevoeding en bijvoedingen, hebben logopedisten en diëtisten recepten van patiënten op maat gebracht qua consistentie en voedingswaarde. Deze recepten zijn te vinden op de website van de Vlaamse Werkgroep voor Hoofd- en Halstumoren (VWHHT), met steun van de Stichting tegen Kanker.

Op drie na meest voorkomende kanker bij mannen

[Hoofd-halskankers](#) zijn niet de bekendste kankers, maar hebben vaak grote gevolgen voor de levenskwaliteit. Patiënten verwachten na de ingreep moeilijkheden met spreken, maar zijn vooral gefrustreerd door problemen met het eten.

Met 2730 gevallen in 2018 staan deze kankers op de vijfde plaats. Bij mannen is dat zelfs de vierde plaats. Alcohol en roken zijn belangrijke oorzaken voor de ziekte. Doordat mensen en huisartsen minder goed vertrouwd zijn met de symptomen, wordt de ziekte vaak pas laat ontdekt. Dit heeft gevolgen voor de behandeling en de levensverwachting.

“Eten geen plezier meer, maar werken”

Dokter Olivier Lenssen, hoofd- en halsoncoloog ZNA Middelheim en ondervoorzitter VWHHT:

“Het wegnemen van een deel van de tong of andere behandelingen voor hoofd-halskanker heeft een serieuze impact op zowel spreken als eten. Met dat laatste worstelen patiënten nog het meest. Patiënten bij wie een deel van de tong is weggenomen, moeten opnieuw leren kauwen en slikken. Dit beperkt hun menu aan tafel. Hierdoor moeten ze overschakelen op minder hard voedsel, gaande van puree tot

soepen. Eten is geen plezier meer, maar werken. Daarom lanceert de VWHHT recepten die op hen zijn afgestemd.”

Van zacht tot vloeibaar

Om ervoor te zorgen dat deze patiënten opnieuw met smaak en voedzaam kunnen eten, lanceert de VWHHT nu meer dan 60 recepten. Ze combineren ervaringen van patiënten en hun omgeving met professionele inzichten. De maaltijden gaan van vloeibare, dik vloeibare en gemalen tot zachte voeding. Het gaat bijvoorbeeld om puree met spinazie, zoete aardappel en aardpeer, roerei met puree, pesto en aardpeer of platte kaas met mango en rijststroop. Deze variatie qua consistentie houdt rekening met de slik- en eetmogelijkheden van de patiënt.

Een aantal recepten in de bundel werden uitgedacht door patiënten zelf. Vervolgens werden deze en andere recepten aangepast en afgestemd aan de mogelijkheden om te slikken. Diëtisten bepaalden de voedingswaarde van de gerechten.

Bewust geen kookboek

De recepten zijn bewust niet gebundeld in een kookboek. Zo kunnen patiënten recepten op hun maat bundelen: wat kunnen ze makkelijk slikken, wat valt binnen het smaakpalet en hoeveel calorieën hebben ze nodig? Ook nieuwe recepten kunnen ze in de map makkelijk toevoegen.

Helene Luyten, patiënte die aan de slag is gegaan met enkele recepten:

“Genoeg en gezond eten is niet makkelijk in onze situatie. Daarom heb ik bestaande recepten uitgetprobeerd en aangepast als alternatief voor sondevoeding en bijvoedingen. Zo heb je meer variatie en smaakt het eten ook beter. Voor de andere gezinsleden zijn toevoegingen mogelijk, waardoor je samen hetzelfde kan eten. Met deze map op maat kunnen patiënten lekker eten volgens hun mogelijkheden. Ze worden niet meer geconfronteerd met recepten die niet haalbaar zijn.”

Nuttige info

Meer info over hoofd-halskankers: <https://www.allesoverkanker.be/hoofd-halskankers>

Recepten voor mensen met slikstoornissen: <https://vwhht.be/informatie/receptenboekje-slikstoornissen/>

#####

Noot voor de pers

Voor vragen of meer informatie kunt u contact opnemen met woordvoerder Tom Van de Vreken op 0475 964 181.

Over ZNA

ZNA (ZiekenhuisNetwerk Antwerpen) is de grootste gezondheidszorgorganisatie van België. De groep omvat drie algemene ziekenhuizen, zeven dagcentra, zes gespecialiseerde ziekenhuizen, een psychiatrisch verzorgingstehuis en een woonzorgcentrum. De invloedssfeer van ZNA strekt zich uit over 32 gemeenten. Hiermee bereikt ZNA potentieel ruim een miljoen inwoners. In de stad Antwerpen behaalt ZNA een patiëntenaandeel van 44 procent.

ZNA stelt zo'n 6 700 mensen te werk, waaronder 700 artsen. In 2019 telde ZNA ca. 2 500 bedden en werden er ruim 50 000 mensen gehospitaliseerd (opgenomen met overnachting). Daarnaast werden er 70 000 patiënten behandeld in dagkliniek, 620 000 patiënten kwamen op raadpleging.