

Voeding bij lymfoombehandeling: tips en tricks

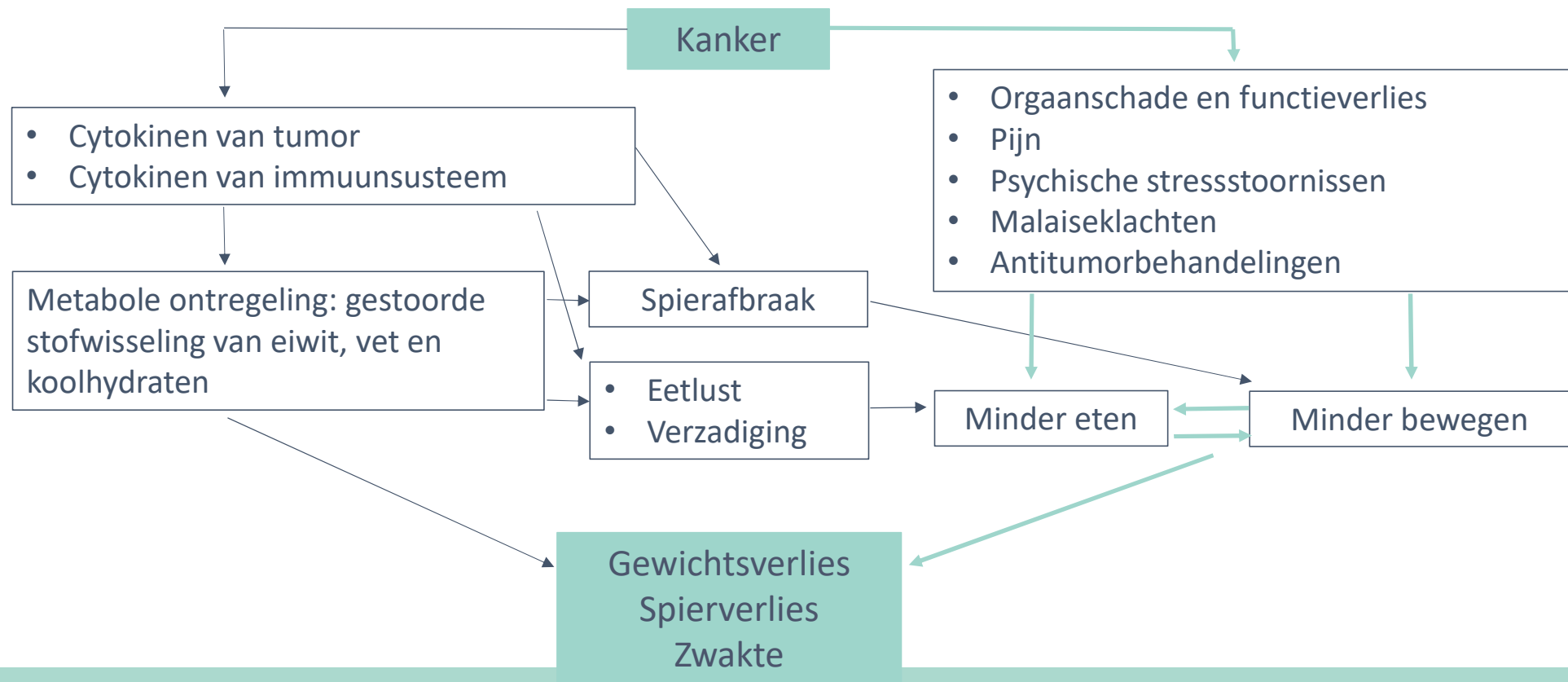
Christel Kuppers - diëtiste

JESSA
Z I E K E N H U I S

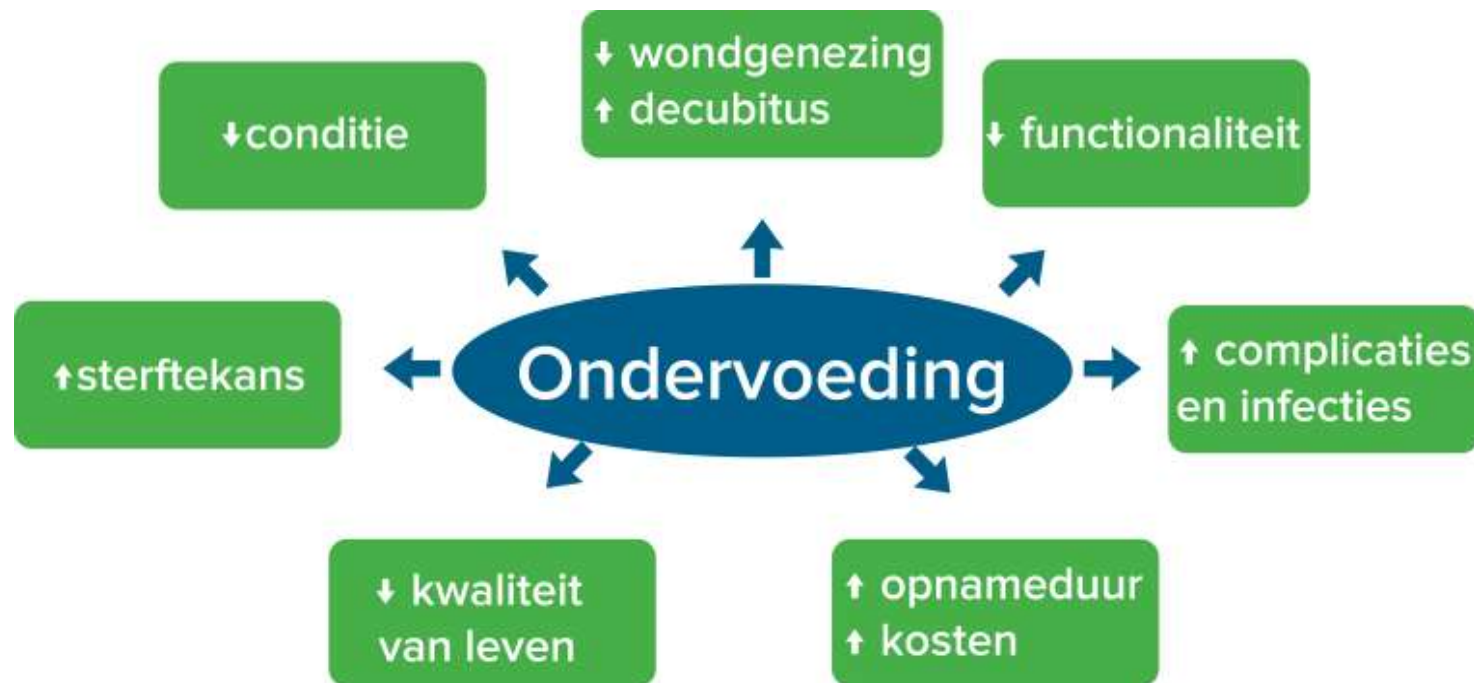
Ondervoeding

Ondervoeding is een lichaamstoestand die wordt veroorzaakt door een tekort aan inname of opname van voeding resulterend in een veranderde lichaamssamenstelling (verminderde vetvrije massa) en lichaamscelmasse, met als gevolg een verminderd fysiek en mentaal functioneren en een slechtere klinische uitkomst van de ziekte.

Anorexie-cachexie syndroom



Ondervoeding: gevolgen



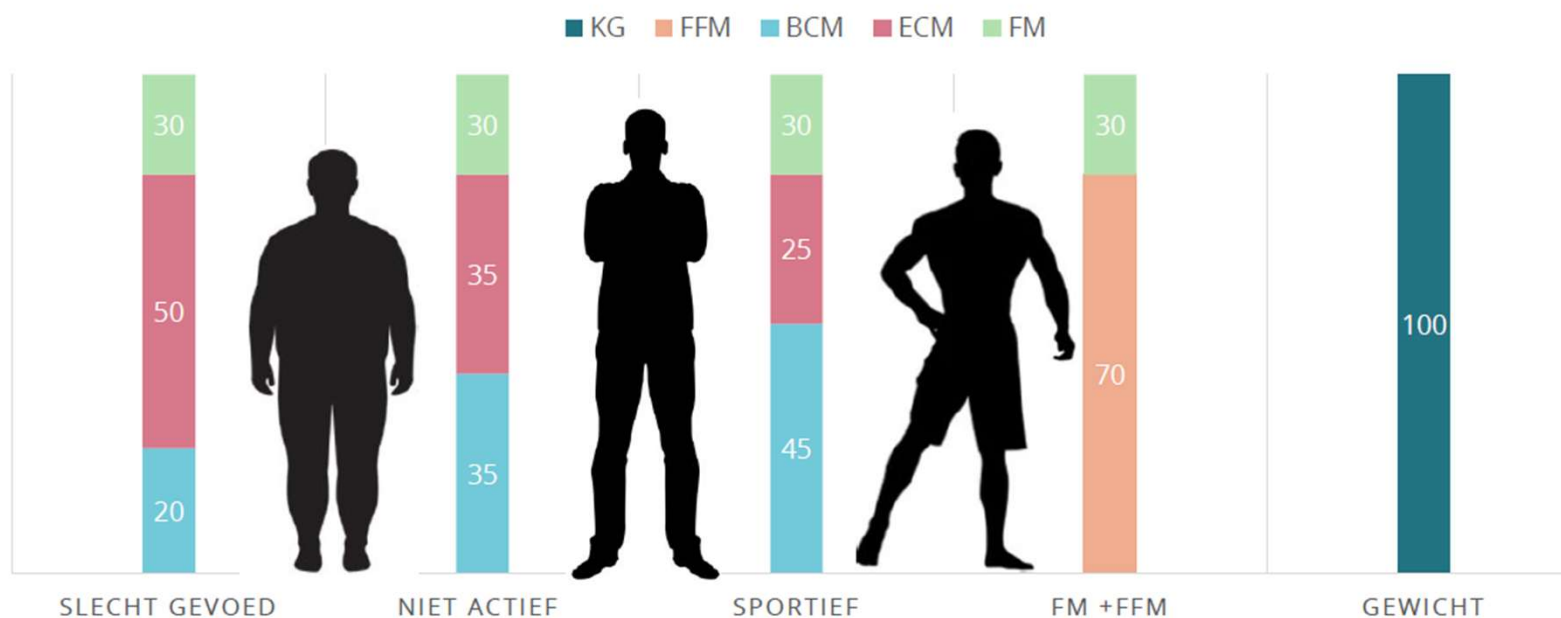
Meten is weten!

Meten is weten!

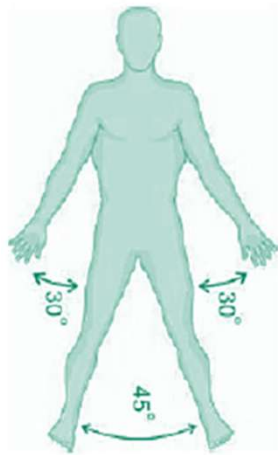


BIVA

“De lichaamssamenstelling zegt veel meer dan dat ene cijfer op de weegschaal.”



BIVA

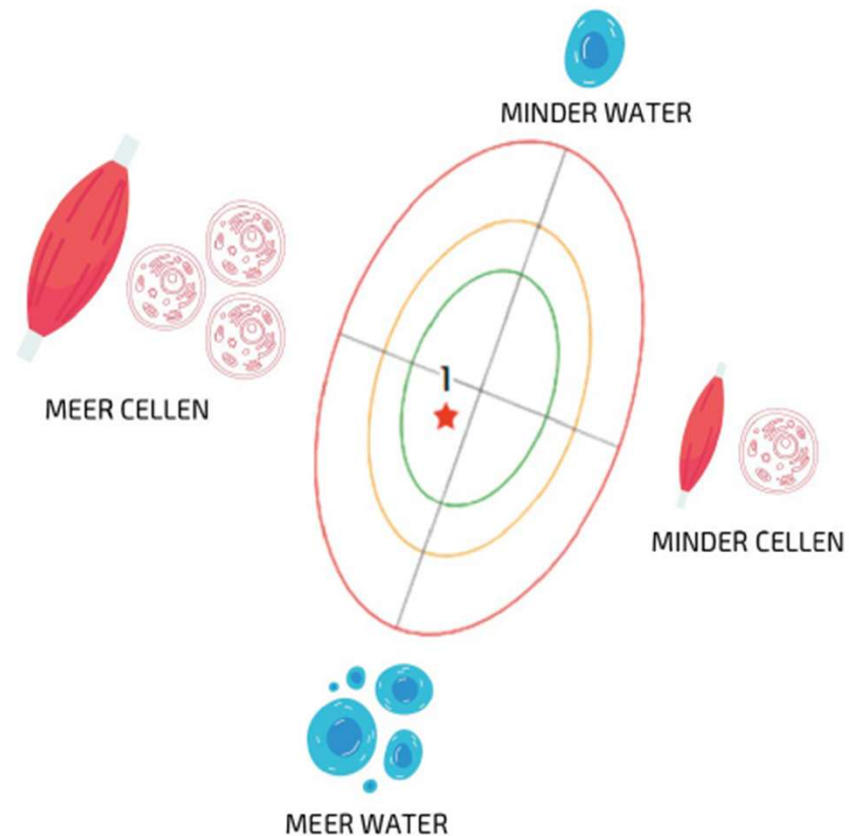


BIVATRODES ELECTRODES



Biavector

BIAVECTOR: HYDRATATIE & BCM



Weten is eten!

Voedingsadvies: Energie



Koolhydraten

4 kcal/100g

Vetten

9 kcal/100g



Voedingsadvies: Eiwitten

- Eiwitrijke voeding
 - Doel: 1.2-1.5 kg/kg LG
- Waarom?
 - Opbouw en herstel weefsel
 - Immuunsysteem
 - Transport en opslag



Eiwitten

Bronnen

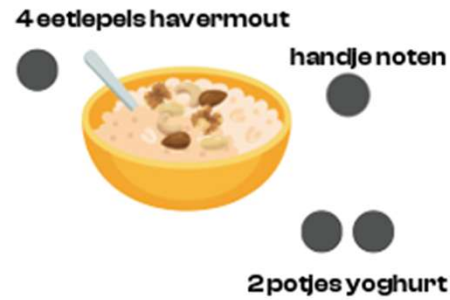
Legende: ● 1 eiwitbol (± 5 g eiwitten) ○ verwaarloosbaar aantal eiwitten

	product	portie	eiwitbollen
BROOD EN BROODVARIANTEN			
	brood	1 snede = 30 g	●
	beschuit	2 stuks = 20 g	●
	pistolet	1 stuk = 40 g	●
	havervlokken	4 eetlepels = 40 g	●
	muesli/cruesli	4 eetlepels = 40 g	●

WARMTE MAALTIJD

	vlees	100 g	●●●●●
	gevogelte	100 g	●●●●●
	vis	100 g	●●●●●
	seitan	100 g	●●●●●
	Quorn®	100 g	●●●
	tofu	100 g	●●●
	peulvruchten, gekookt	3 eetlepels = 100 g	●●
	vegetarische burger	100 g	●●

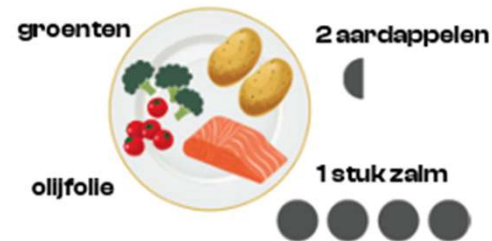
ONTBIJT



TUSSENDOORTJE



WARME MAALTIJD



TUSSENDOORTJE



2DE BROODMAALTIJD

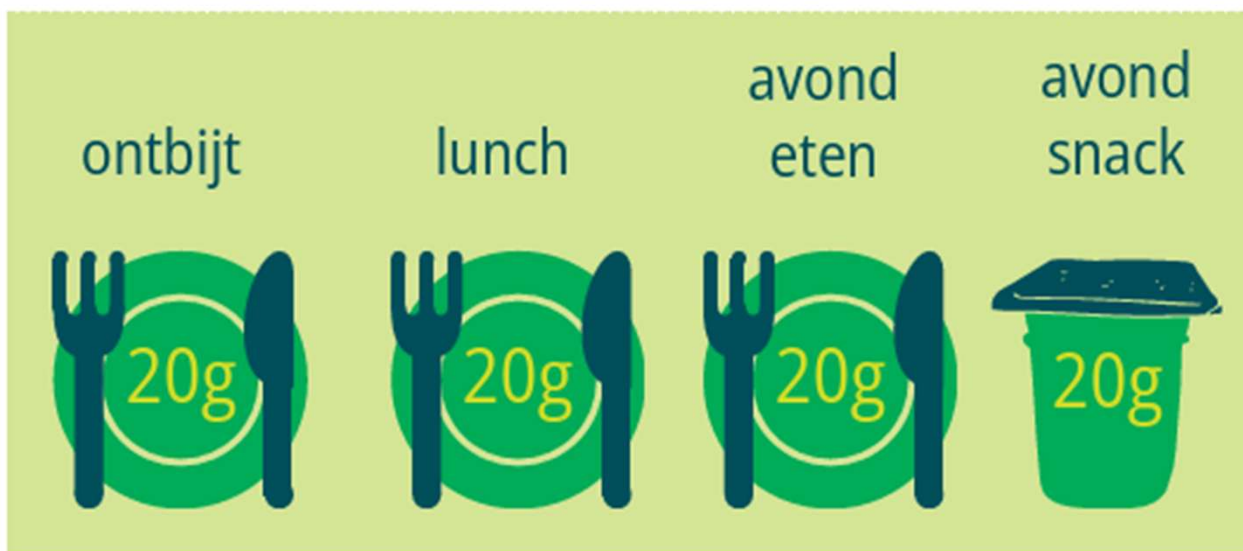


AVONDSNACK



Eiwitten

Verdeling



Eiwitten

- Toevoegen amandelmeel of kokosmeel aan yoghurt/platte kaas
1 el bevat 3 gram eiwitten
- Geroosterde kikkererwten als borrelhapje/tussendoortje

Eiwitten

- Speciale eiwitverrijkte producten



Eiwitten

Speciale eiwitverrijkte producten

- Opletten met voedingsclaims

Bron van eiwitten



Minimaal 12% van de energie van voedingsmiddel bestaat uit eiwitten

Eiwitrijk



Minimaal 20% van de energie van het voedingsmiddel bestaat uit eiwitten

Vergelijking per 100g



Energie

295 kcal

Eiwitten

22 g

29 En%



Energie

208 kcal

Eiwitten

25 g

48 En%

Vergelijking per portie



Energie

59 kcal

Eiwitten

4.4 g

29 En%



Energie

42 kcal

Eiwitten

5 g

48 En%

Eiwitrijke bijvoeding

Tips bij gebruik

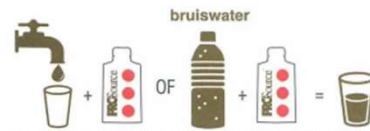
- Koel drinken
- Verdelen over kleine slokjes
- Tussen de maaltijden nemen
- Verdunnen met water of melk, ijsblokjes
- Verwerken in ijsje, milkshake ...



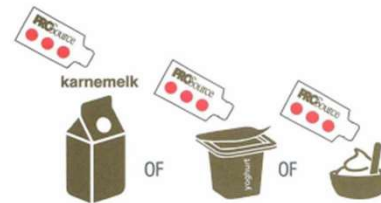
Eiwitrijk supplement



U kunt de PROSource® NocarB Bosbessen Punch toevoegen aan water met en zonder prik



Toevoegen aan karnemelk, yoghurt of kwark



Invriezen als ijsje



Voor meer recepten kijk op www.extra-eiwit.nl

Na 1 op 1 verdunning kan de PROSource ook via een sonde worden gegeven.

nocarb

Bosbessen Punch
Smaak



GLNP



versie 29



lekkere recepten

NL: ☎ 0031 (0)20-2620252 ✉ info@glnp.nl 🌐 www.facebook.com/GLNP.LifeSciences
BE: ☎ 0032 (0)3304383 ✉ info@glnp.be 🌐 www.instagram.com/glnp_life_sciences

Feiten en fabels

Helpt vasten tegen kanker?

- Intermittend fasting (periodiek vasten):
5 dagen van de week normaal eten, 2 dagen minder (500-800 kcal)
- Time restricted feeding:
Vasten gedurende een bepaald aantal uren van de dag

Helpt vasten tegen kanker?

- Nadelen:
 - Hoofdpijn, concentratieproblemen
 - Vermoeidheid
 - Verminderde weerstand
 - Afname lichaamsgewicht met vooral afname spiermassa

Helpt vasten tegen kanker?

Wat zeggen onderzoeken?

- Labo: wisselende resultaten

- Mens:

- NL: invloed van vasten op bijwerkingen en de werkzaamheid van chemotherapie
130 vrouwen met borstkanker stadium II en III.

Resultaten: Bij vrouwen die hadden gevast bleek de grootte van de tumor meer te zijn afgenomen dan bij de vrouwen die normaal hadden gegeten. Opvallend is dat het vasten moeilijk vol te houden was: twee derde van de vrouwen is eerder met het vasten gestopt.

- In een klein onderzoek bij twintig mensen met diverse soorten kanker in verschillende stadia is de veiligheid van vasten onderzocht. Hieruit bleek dat vasten 48 uur vóór en 24 uur na het toedienen van de chemotherapie veilig is. De deelnemers hadden nauwelijks last van bijwerkingen van het vasten.

REVIEW



Fasting during cancer treatment: a systematic review

U. Drexler¹ · J. Dörfler¹ · J. von Grundherr² · N. Erickson³ · J. Hübner¹

Accepted: 11 November 2022 / Published online: 28 November 2022
© The Author(s) 2022

Abstract

Background Clinical data on the modern topic fasting among cancer patients are rare. This review aimed to summarise published clinical data on fasting and its effects on patients undergoing chemotherapy and therefore to give some directions in advising patients with the desire to fast.

Method A systematic search was conducted searching five electronic databases (Embase, Cochrane, PsychInfo, CINAHL and Medline) to find studies concerning the use, effectiveness and potential harm of fasting during therapy on cancer patients. The main endpoints were quality of life, side effects and toxicities of the fasting intervention.

Results The search results totaled 3983 hits. After systematic sorting according to standardised pre-defined criteria, nine publications which covered eight studies with 379 patients were included in this systematic review. The majority of the patients included were diagnosed with breast- and gynaecological cancers. Fasting duration and timepoints ranged significantly (24–140 h before, and on the day of, chemotherapy to 56 h after chemotherapy). In one study patients were fasting before cancer surgery. The studies were mostly low to moderate quality and reported heterogeneous results. Overall, the studies were insufficiently powered to detect significant effects on the predefined endpoints.

Conclusion Fasting for short periods does not have any beneficial effect on the quality of life of cancer patients during treatment. Evidence on fasting regimes reducing side effects and toxicities of chemotherapy is missing. In contrast, as the negative effects of unintentional weight loss are known to impact clinical outcomes severely, fasting is not indicated in this context.

ESPEN guidelines

- 8) We recommend not to use dietary provisions that restrict energy intake in patients with or at risk of malnutrition. (Recommendation B3-2; strength of recommendation strong – Level of evidence low – strong consensus)

Commentary

We recommend against all forms of diets that are not based on clinical evidence, have no proven efficacy, and that potentially could be harmful. There are no diets known to reproducibly cure cancer or prevent cancer recurrence. In many cases, the supporting arguments are neither based on scientific reasoning nor solid evidence and the supporting information is derived from anecdote and unverifiable sources in the popular literature and Internet rather than peer-reviewed literature [24]. These diets increase the risk of insufficient intake of energy, fat, and protein, as well as the general risk of micronutrient deficiency.

Groeit mijn kanker sneller door suiker?

NEE!

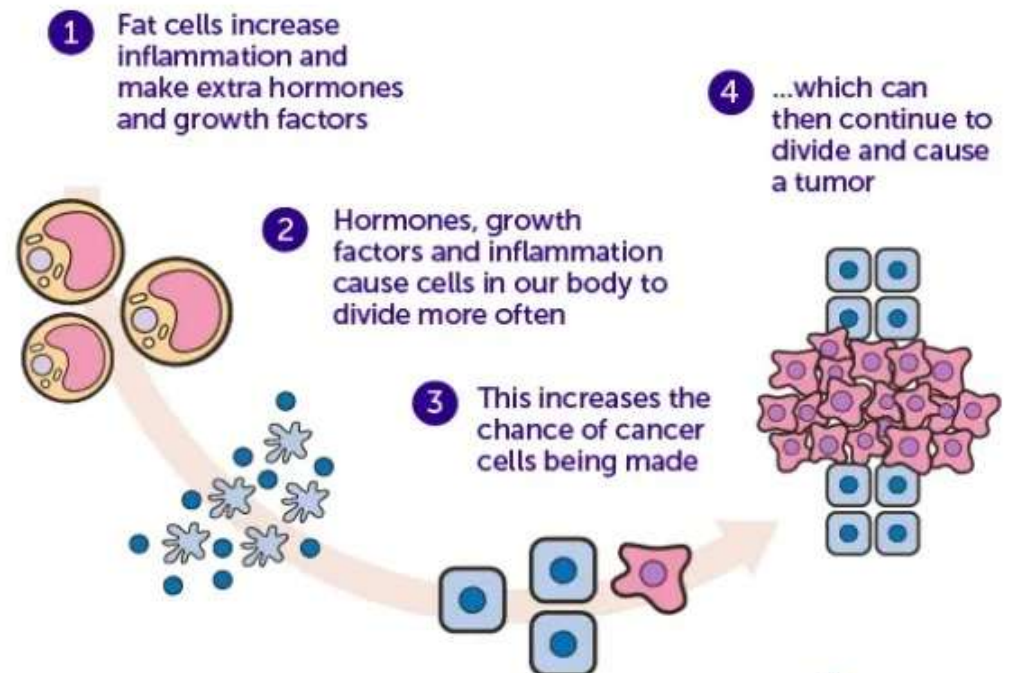
Suiker is niet
kankerverwekkend!



Groeit mijn kanker sneller door suiker?

Teveel suiker kan leiden tot overgewicht en obesitas
==> vergroot kans op ontwikkeling bepaalde kankertypes

How can overweight and obesity cause cancer?



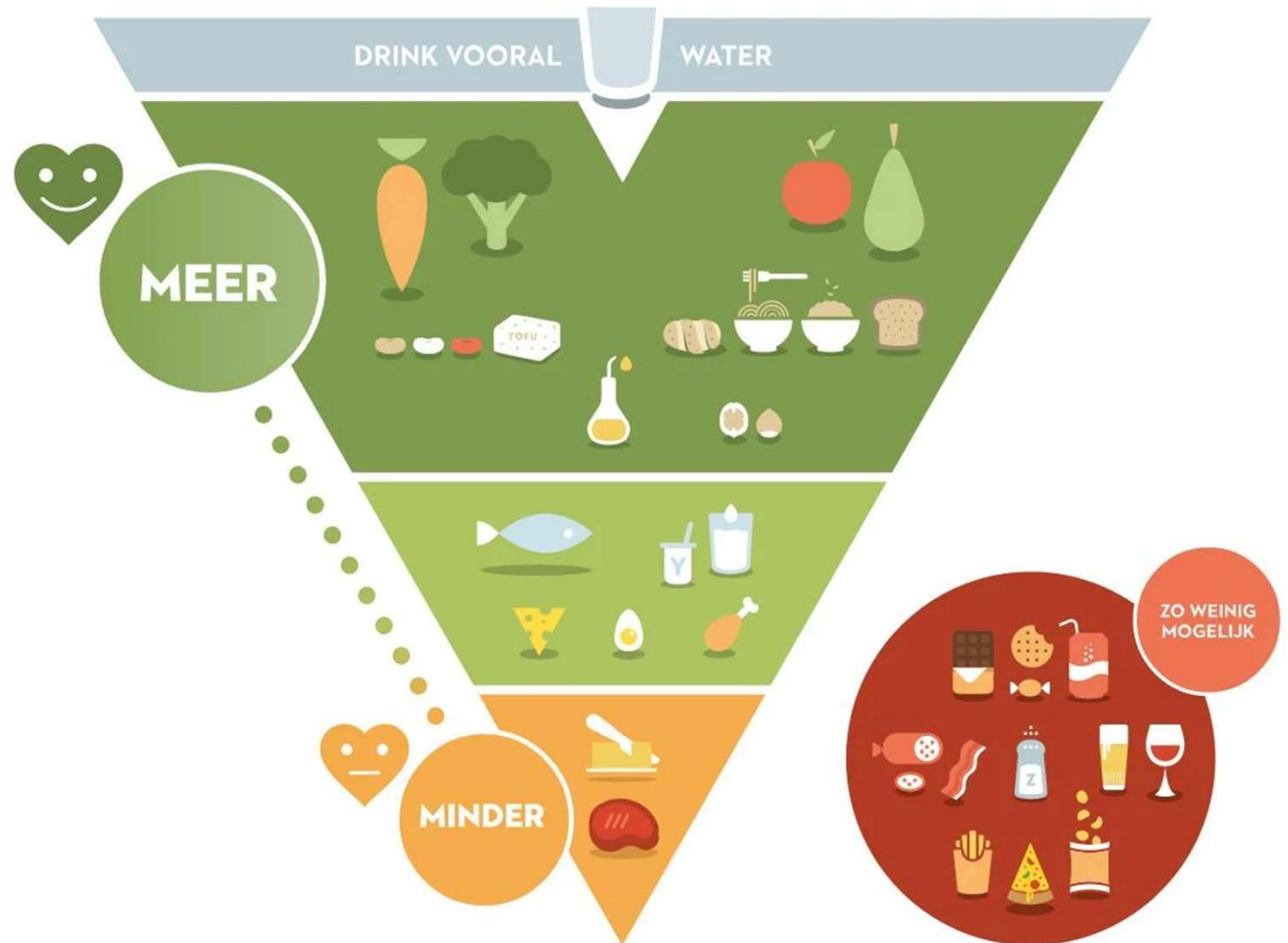
cruk.org
Together we will beat cancer



Lange termijn

Wat op lange termijn?

- Gezonde voeding



Hoe meer fruit eten?

- Diepvriesfruit/vers fruit toevoegen aan yoghurt of havermout of ontbijtgranen
- Fruit als tussendoortje
- Gedroogd fruit op pannenkoek
- ...
- Kies voor seizoensfruit!

FRUIT

 amper **HELFT** bevolking
EET DAGELIJKS FRUIT

dagelijks aanbevolen
hoeveelheid **2 à 3 STUKS**

BIJ ONTBIJT
(als broodbeleg/bij ontbijtgranen)

ALS DESSERT
(na warme/broodmaaltijd)

ALS TUSSENDOORTJE

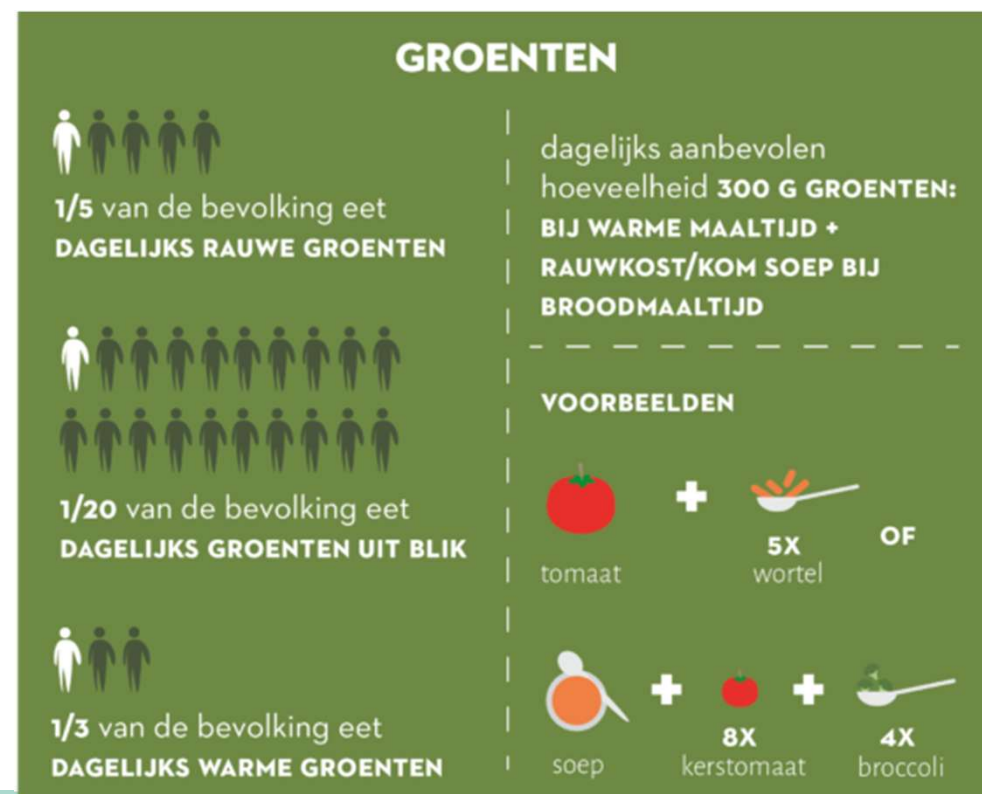
VOORBEELDEN 1 stuk/portie = +/- 125 g

 **OF**  **OF** 

banaan **2X** mandarijn appel

Hoe meer groenten eten?

- Groenten als vervanging voor pasta/rijst:
 - Courgettespaghetti, pompoenlasagnebladen
 - Bloemkoolrijst
- Tussendoortje:
 - Rauwe groenten met humusdip
 - Tas soep



Betrouwbare info

HELP WANTED



CONSTRUCTION
WORKER



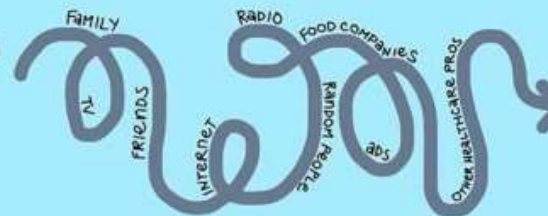
MECHANIC



Dentist



accountant



Dietitian

foodandfearless

The background is a blurred teal image showing a person's face, likely a patient, in a clinical setting.

JESSA
ZIEKENHUIS