

Informatie over:

# Voedingsadviezen na plaatsing slokdarmstent

De Maag-Darm-Leverarts heeft bij u een stent (buisje) in uw slokdarm geplaatst.

Een stent is meestal gemaakt van metaal.

Een stent wordt geplaatst:

- om een vernauwing in uw slokdarm op te heffen
- om een fistel af te dichten. Een fistel is een open verbinding tussen de slokdarm en de luchtwegen.

Door de stent kan voedsel, drinken en speeksel weer makkelijker uw slokdarm passeren.

Om ervoor te zorgen dat de stent niet verstopt raakt en zo min mogelijk irriteert, geven wij u in deze folder voedingsadviezen.

## Eerste dagen

Na plaatsing van de stent is de slokdarm waarschijnlijk geïrriteerd. Ook heeft de stent tijd nodig om goed te ontplooiën. Het is daarom belangrijk dat u de slokdarm niet forceert.

Na het plaatsen van de stent moet u de eerste 2 uur nuchter blijven. Daarna mag u gedurende 12 uur alleen heldere vloeibare voeding (water, thee, limonade, bouillon). Vervolgens gedurende 12 uur normale vloeibare voeding (yoghurt, vla, pap).

Hierna past u uw voeding aan tot zo normaal mogelijke voeding. Uiteraard afhankelijk van wat u zelf verdraagt.

## Algemene adviezen

- Ga tijdens het eten rechtop zitten. Het voedsel kan zo sneller de stent passeren
- Snijd het eten in kleine stukjes
- Neem rustig de tijd om te eten en kauw het eten zorgvuldig. Zorg dat het voedsel fijn en zacht is bij het doorslikken
- Kook uw eten goed gaar
- Als bovenstaande adviezen niet voldoende zijn: u kunt de warme maaltijd smeùiger maken door jus, saus, melk, bouillon of room toe te voegen. U kunt eventueel een staafmixer of keukenmachine gebruiken om het eten fijner te maken
- Drink tijdens het eten. Drink ook na de maaltijd om de stent schoon te spoelen

## Let op

Sommige voedingsmiddelen geven meer risico op verstopping van de stent. U hoeft deze voedingsmiddelen niet te vermijden maar het is belangrijk dat u goed kauwt en geen grote stukken doorslikt.

Voedingsmiddelen waar u vooral op moet letten zijn:

- Botjes in vlees zoals karbonades, kippenboutjes of spareribs
- Biefstuk, draderig rundvlees
- Draderige vleeswaren zoals rosbief, rookvlees en fricandeau

Informatie over:

# Voedingsadviezen na plaatsing slokdarmstent

- Visgraten
- Grote en harde stukken fruit, zoals appel en peer
- Vezelig citrusfruit zoals sinaasappel, mandarijn en grapefruit
- Harde rauwkost, zoals wortel, bloemkoolrosjes en radijs
- Draderige en taaie groente zoals asperges, taugé en champignons
- Noten, zuurtjes, drop en toffees

## Mogelijke klachten

### Pijn

Als u pijn hebt kan dit door de stent komen maar dit kan ook een andere oorzaak hebben. Bespreek dit daarom met uw huisarts.

### Zuurbranden

Onderaan de slokdarm zit een knijpmechanisme waardoor maagzuur niet de slokdarm in kan. Een stent kan dit knijpmechanisme beïnvloeden waardoor u last kunt krijgen van zuurbranden. U krijgt hiervoor een maagzuur remmend medicijn voorgeschreven van de mdl-arts.

U kunt het hoofdeinde van het bed wat hoger zetten. Het kan ook helpen om twee uur voor het naar bed gaan niet meer te eten.

### Verstopping stent

Voedsel kan aan de stent blijven zitten waardoor deze verstopt kan raken. U merkt dit doordat u voedsel en speeksel moeilijk of niet kunt doorslikken. Soms is dit te verhelpen door regelmatig een paar slokjes lauwwarm water te nemen. Neem contact op met de afdeling Endoscopie als uw klachten aanhouden.

## Hebt u vragen over de voeding?

Vraag de arts een verwijzing naar de diëtist als u daar nog niet onder behandeling bent.

## Contactinformatie

Hebt u naar aanleiding van deze informatie nog vragen, dan kunt u contact opnemen met de afdeling Endoscopie (Maag-Darm-Leverziekten).

Telefoonnummer: 020-755 7120