

Voeding bij AMC

Coby Wijnen, diëtist

Spierziektecongres 2017



Gezonde voeding:

Groei en onderhoud

Weerstand en conditie

Lekker en gezellig



Hoeveel kcal heb ik nodig?

- Ambulant: beetje minder dan gezonde leeftijdgenoten
- Rolstoelgebonden: veel minder dan gezonde leeftijdgenoten. 1300-1500 kcal heel gebruikelijk

Secundaire gevolgen:

Minder bewegen heeft gevolgen voor voeding;

- Gewichtstoename
- Lagere botdichtheid
- Obstipatie

Bij Artrogrypose lagere botdichtheid dan bij leeftijdgenoten, vooral bij beperkte bewegingsmogelijkheden

Spencer 2010 J Pediatr Orthop

Tips bij lagere botdichtheid:

- Meer gewrichtsdragende belasting bv. statafel
- Voldoende kalk in voeding
- Voldoende vitamine D
- Voldoende zonlicht
- Eventueel extra vitamine D (en kalk)

Te veel gewichtstoename nadelig:

- Extra belasting spieren, gewrichten, botten
- Extra belasting verzorgers
- Meer beperking mobiliteit
- Extra risico welvaartsziekten
 - (diabetes 2, hoge bloeddruk, h&v ziekten)

Oorzaken obstipatie:

- Minder beweging
- Niet reageren op prikkel darm
- Te weinig vezels en vocht

Adviezen bij obstipatie:

- Goed toiletgebruik
- Voldoende vocht (1,5 liter = 10 kopjes)
- Voedingsvezelrijke voeding
- Eventueel medicatie (met macrogol)

Soms problemen met kaak en gezicht: bv.
gehemelte, open beet

Steinberg 1996 J Oral Maxillofac Surg

Soms problemen kaak (en tong); gevolgen zelfde
als bij andere spierziekten:

Slechte groei

Herhaalde luchtweginfecties Robinson 1990 Neuropediatrics

Ik kan toch al zo weinig.....

laat me toch lekker eten!

Extra vitamines zijn nodig!

Help Hoe krijg ik 10 kilo er af ?