



Wat kan ik doen als het niet lukt om voldoende te eten?

ALS en voeding

Drinkvoeding

Wanneer u als gevolg van ALS problemen heeft met kauwen en slikken of bijvoorbeeld een slechte eetlust heeft, krijgt u mogelijk niet meer voldoende voedingsstoffen binnen om op gewicht te blijven. In dat geval kunt u eerst proberen om uw gewone voeding zo energierijk mogelijk te maken (zie blad: **Eet ik wel voldoende?**). Als dat ook niet genoeg is, kunt u gebruikmaken van drinkvoeding.

Drinkvoeding is een vloeibaar product dat in een flesje of pakje van 100-200 ml zit. Er zitten veel calorieën, eiwitten en andere voedingsstoffen in: één flesje heeft ongeveer dezelfde voedingswaarde als twee bruine boterhammen met roomboter en een dikke plak kaas. Hoeveel drinkvoeding u moet gaan gebruiken, hangt af van de hoeveelheid 'gewoon' eten die u verder nog eet. De diëtist zal dit met u bespreken.

Er zijn veel verschillende soorten drinkvoeding beschikbaar, in verschillende smaken:

- op melkbasis (vrij zoete smaak);
- op yoghurtbasis (fris-zure smaak, iets dikker);
- op sabbasis (zoete sapsmaak);
- op soepbasis (hartige smaak);
- in puddingvorm (zo dik als pudding, dus meer om te lepelen dan om te drinken).

Drinkvoeding is duur maar als u het nodig heeft, hoeft u het niet zelf te betalen. U krijgt een machtiging van de zorgverzekeraar. De diëtist kan die machtiging voor u aanvragen. De voeding wordt dan geleverd door een toeleveringsbedrijf of door uw apotheek.

Recepten met drinkvoeding kunt u vinden op de website van Sorgente (www.sorgente.nl) of vragen aan uw diëtist.

Als het niet meer mogelijk is drinkvoeding te gebruiken, kunt u overstappen op sondevoeding. Daarover leest u meer op het blad: **Wat moet ik doen als het eten en drinken niet meer gaat?**