

Drinkvoeding via de Rijnstate Apotheek Velp

Uw diëtist heeft u aangeraden om drinkvoeding te gaan gebruiken. Deze drinkvoeding wordt geleverd door de poliklinische apotheek van Rijnstate: Rijnstate Apotheek Velp. In deze folder leest u wat drinkvoeding is en hoe de zorg hieromheen is geregeld.



Rijnstate

**Neem altijd uw
verzekeringsgegevens
en identiteitsbewijs mee!**

Over drinkvoeding

U heeft het advies gekregen drinkvoeding te gaan gebruiken, bijvoorbeeld omdat u minder eetlust heeft, meer voedingsstoffen nodig heeft of net een operatie achter de rug heeft. Drinkvoeding wordt meestal gebruikt als aanvulling op de voeding, maar soms ook als volledige voeding als u tijdelijk geen vast voedsel mag of kan eten.

Drinkvoeding, de naam zegt het al, is een vloeibare voeding, verpakt in een flesje. Afhankelijk van de soort drinkvoeding is het volume ongeveer 200-220 ml of 125 ml. Als u ziek bent, is drinken vaak gemakkelijker dan eten. In drinkvoeding zitten veel calorieën, eiwitten, vetten, koolhydraten, vitamines en mineralen. Kortom, alles wat u anders in uw dagelijkse voeding zou gebruiken.

Samenstelling van de drinkvoeding

Drinkvoeding is er in verschillende samenstellingen en smaken. Er bestaat drinkvoeding op basis van melk, sap, yoghurt, pudding en vruchtenmoes. Deze soorten zijn in verschillende smaken verkrijgbaar, bijvoorbeeld chocolade, koffie, aardbei, bosvruchten, sinaasappel en banaan. Ook is er hartige drinkvoeding in de vorm van soep, zoals gebonden tomaten- of kippensoep.

Over de hoeveelheid en soort drinkvoeding krijgt u advies van uw diëtist. Uw diëtist let hierbij op wat u nodig heeft, wat u eet en wat uw smaakvoorkeuren zijn. Dit is belangrijk omdat de behoefte aan energie en eiwit per persoon sterk kan verschillen. Onder andere uw lichaamsbouw en ziekte spelen hierbij een rol, maar ook de inname van voedingsstoffen via de normale voeding.

Tips voor het gebruik

- Neem de tijd: in één flesje drinkvoeding zitten veel voedingsstoffen. Drinkt u het snel achter elkaar, dan kunt u een vol gevoel krijgen. Om dit te voorkomen kunt u het best een half tot een uur uittrekken voor het opdrukken van de drinkvoeding. Gebruik de drinkvoeding niet vlak voor een maaltijd, maar tussen de maaltijden door. Hiermee voorkomt u dat de drinkvoeding ten koste gaat van de gewone maaltijd en kunt u het echt als een extra aanvulling gebruiken.
- Drinkvoeding smaakt zoet (met uitzondering van de hartige variant). Dit is om de bijmaak van de vitamines en mineralen te verminderen. De zoete smaak proeft u minder door de drank koud te drinken, eventueel met een ijsklontje.
- Afhankelijk van de soort drinkvoeding kunt u deze goed mengen met een scheutje (volle) melk, karnemelk, (volle) yoghurt, vruchtensap of water. Het resultaat is een iets dunnere en minder zoete drinkvoeding, maar wel met een iets groter volume.
- U kunt de drinkvoeding in een beker of glas schenken. Heeft u moeite met de geur van de drinkvoeding, dan kan het juist helpen om met een rietje uit het flesje te drinken. Verwijder in dat geval het folie op de bovenkant van het flesje niet, maar prik het rietje er doorheen.
- Het kan zijn dat na het drinken het gevoel heeft dat er slijm in uw mond of keel zit. Dit kunt u verminderen door tussendoor regelmatig een slokje water te nemen. Ook kunt u een ijsblokje in uw mond doen als de drinkvoeding op is. Meestal wordt slijmvorming minder ervaren bij drinkvoeding op basis van sap of yoghurt.
- Het kan zijn dat uw smaak veranderd is door uw ziekte of medicijnen die u gebruikt. Iets dat u voorheen niet lustte kunt u nu wel lekker vinden en omgekeerd. Probeer daarom verschillende smaken drinkvoeding van verschillende fabrikanten.

- U mag drinkvoeding opwarmen. Dit is lekker bij bijvoorbeeld de chocolade- en koffiesmaak en de hartige smaken. De drinkvoeding kunt u op verschillende manieren verwarmen: in een pan, in de magnetron of au bain marie (in een schaalje in een pan met warm water). Verwarm de drinkvoeding niet te lang en kook de drinkvoeding niet, zodat er geen vitamines en mineralen verloren gaan.

Bewaren

U kunt de flesjes drinkvoeding in een gesloten verpakking buiten de koelkast bewaren. Bewaar de flesjes bij voorkeur op een koele plaats en uit de zon, bijvoorbeeld in een keukenkast of de kelder. De flesjes zijn beperkt houdbaar. Let daarom op de houdbaarheidsdatum op de verpakking.

Een geopend flesje kunt u twee uur buiten de koelkast bewaren. In de koelkast is een geopend flesje nog 24 uur houdbaar.

Vergoeding

Als u drinkvoeding krijgt voorgeschreven, kan uw arts of diëtist een vergoeding hiervoor regelen via uw zorgverzekeraar. Drinkvoeding wordt vergoed vanuit de basisverzekering, wat betekent dat het van uw eigen risico wordt afgeschreven als u dit nog niet heeft opgebruikt. Bent u aanvullend verzekerd, dan kan het zijn uw drinkvoeding vanuit de aanvullende verzekering betaald wordt en dan niet van het eigen risico wordt afgeschreven.

Proefpakket

Als u voor de eerste keer drinkvoeding nodig heeft, stuurt uw diëtist de aanvraag naar de Rijnstate Apotheek. Die neemt vervolgens telefonisch contact met u op om te vragen welke smaken u wilt proberen en wanneer het proefpakket kan worden bezorgd. De eerste keer krijgt u een pakket dat voldoende is voor twee weken, met veel verschillende producten en smaken van diverse fabrikanten. Na tien dagen neemt de apotheek contact met u op om te vragen met welke producten en smaken u graag door wilt gaan. Vanaf de tweede keer krijgt u een pakket dat voldoende is voor een maand.

Verandering doet eten

U hoeft van geen enkel product een grote hoeveelheid te bestellen. In één pakket ontvangt u verschillende producten en smaken. Daarmee kunt u variëren. Na enige tijd kunt u behoefte krijgen aan verandering in de producten of smaken. De samenstelling van het pakket kan maandelijks worden aangepast.

Bestellen

De Rijnstate Apotheek belt u een paar dagen tot een week voor uw voorraad op is om uw bestelling door te nemen. Natuurlijk kunt u ook contact met de apotheek opnemen voor een bestelling, bij voorkeur via de website www.rijnstate.nl/drinkvoedingbestellen. Bellen, e-mailen of faxen is echter ook mogelijk.

Het advies van uw diëtist

Soort drinkvoeding	Hoeveelheid per dag
Overig	Hoeveelheid per dag

Vragen?

Heeft u vragen over bestellingen of leveringen van de drinkvoeding, neemt u dan op werkdagen contact op met de Rijnstate Apotheek Velp tussen 8.30 en 17.30 uur. U kunt natuurlijk ook langskomen in de apotheek.

President Kennedylaan 100

6883 AZ Velp

Telefoon: 088 - 005 5882

Fax: 088 - 005 5883

E-mail: drinkvoeding@rijnstate.nl

Heeft u vragen over het gebruik van de drinkvoeding? Neemt u dan contact op met de afdeling Diëtetiek. Op werkdagen zijn we bereikbaar via telefoonnummer 088 - 005 6354.

Recepten

Recept 1: Vanille ijskoffie

Benodigheden:

1 flesje drinkvoeding vanillesmaak
scheutje koffie (koud)
geklopte slagroom

Bereiding:

Schenk de gekoelde drinkvoeding uit in een glas. Voeg naar smaak de koffie al roerend toe. Serveer de ijskoffie met een toefje slagroom.

Recept 2: Shake

Benodigheden:

1 flesje drinkvoeding op melk-, yoghurt- of sapbasis
2 bollen vanille-, room-, vruchten- of sorbetijs

Bereiding:

Schenk de drinkvoeding in een kom. Voeg het roomijs toe. Roer met de mixer op een lage stand, zodat er een dik romig mengsel ontstaat. Schenk de shake uit in een glas.

Recept 3: Fruitshake

Benodigheden:

1 flesje drinkvoeding met fruitsmaak op melkbasis
1/2 kopje volle yoghurt
1 eetlepel suiker
vers fruit of fruit uit blik, b.v. de smaak van de drinkvoeding,
in stukjes gesneden

Bereiding:

Voeg alle ingrediënten bij elkaar in een kom. Meng het met behulp van een (staaf)mixer tot een gladde massa. Schenk de shake uit in een glas.

Recept 4: IJsjes

Benodigheden:

1 flesje drinkvoeding naar keuze
ijsvormpjes / ijsblokvormpjes

Bereiding:

Verdeel het flesje drinkvoeding over een of meerdere ijsvormpjes en leg ze in de vriezer.

Ook kunt u de drinkvoeding (op basis van sap) als ijsblokjes invriezen en deze gebruiken in vruchtensap of limonade. U heeft meerdere ijsblokvormpjes nodig om 1 flesje drinkvoeding in uit te kunnen schenken!

Recept 5: Bowl

Benodigheden:

1 flesje drinkvoeding op sabbasis
verschillende soorten vers fruit of fruit uit blik naar keuze
1 dl frisdrank met citroensmaak

Bereiding:

Snijdt het fruit in stukjes. Meng het door de drinkvoeding. Giet de frisdrank erdoor voor een sprankelend effect.

Recept 6: Pudding

Benodigheden:

1 flesje drinkvoeding op melkbasis, passend bij de smaak van de pudding
1 pakje instant puddingpoeder

Bereiding:

Bereid de pudding volgens de gebruiksaanwijzing op de verpakking.

Gebruik als vloeistof de drinkvoeding en vul eventueel aan tot de benodigde hoeveelheid met volle melk.

Schenk de pudding uit in een schaalpje.

Recept 7: Pap

Benodigheden:

1 flesje drinkvoeding op melkbasis, bij voorkeur een neutrale smaak
4 eetlepels Brinta, Bambix, Nutrix of andere pap

Bereiding:

Verwarm de drinkvoeding (niet laten koken). Giet de drinkvoeding in een bord of kom. Roer de pap erdoor. Serveer met suiker. Met een scheutje room of een klontje boter smaakt de pap nog romiger.

Recept 8: Pannenkoeken (3 stuks)

Benodigheden:

1 flesje drinkvoeding neutraal of vanille
50 gram bloem
1 ei
boter of margarine

Bereiding:

Meng de drinkvoeding, bloem en het ei in een kom. Roer het tot een dun, glad beslag. Smelt een klontje boter of margarine in de pan en bak de pannenkoeken aan beide zijden goudbruin. Serveer met suiker, jam of stroop. N.B. bij het verhitten kunnen voedingsstoffen uit de drinkvoeding verloren gaan. Indien u dit een enkele keer doet kan het geen kwaad. Gebruik dit recept dus af en toe bij wijze van variatie.

Recept 9: Soep

Benodigdheden:

1 flesje drinkvoeding hartige smaak, bijv. kip of tomaat

50 gram kipfilet

50 gram champignons

50 gram prei

25 gram vermicelli

1/2 bouillontablet

Bereiding:

Maak de champignons en de prei schoon. Snijd de champignons in plakjes, de prei in dunne ringen en de kipfilet in stukjes. Kook de kip, champignons, prei en vermicelli in weinig water gaar. Giet het water af. Schenk de drinkvoeding erbij. Verwarm de soep (niet laten koken) en voeg het bouillontablet toe. Voor een glad vloeibare soep voegt u geen groente en vlees toe, maar verwarmt u de drinkvoeding met een 1/2 bouillontablet.

Bij Rijnstate kunt u telefonisch en voor de meeste specialismen via www.rijnstate.nl uw afspraak maken.

Rijnstate,
uw ziekenhuis in de regio
Arnhem, Rheden en De
Liemers.

 @rijnstate

 facebook.com/rijnstate

Rijnstate

Postbus 9555

6800 TA Arnhem

T 088 - 005 8888

E info@rijnstate.nl

www.rijnstate.nl