



*St. Anna Ziekenhuis*



## **Voedingsadvies: verstopping voorkomen van een stent in de slokdarm**

**Anna.** Liefde voor leven.

---

## **Inleiding**

Bij u is een stent in de slokdarm geplaatst. De eerste 3 dagen na plaatsing van de stent gebruikt u vloeibare voeding. Daarna is het mogelijk om weer normaal te eten. Door het eten van bepaalde producten kan de stent echter verstopt raken. In deze folder geven we u richtlijnen om dit zoveel mogelijk te voorkomen.

## **Algemene richtlijnen**

- Neem rustig de tijd voor iedere maaltijd en kauw het voedsel goed.
- Zit rechtop tijdens de maaltijden.
- Eet geen grote hoeveelheden voedsel tegelijk: het is beter tussen de hoofdmaaltijden door ook iets te eten.
- Zorg dat u ruim drinkt bij het eten.
- Gebruik een uur na iedere maaltijd een ruime hoeveelheid vocht om de stent door te spoelen.
- Maak ruim gebruik van jus, saus, room en boter.
- Gebruik geen maaltijd vlak voor het naar bed gaan. Vooral als u last heeft van opboeren is het aan te raden om kleine frequente maaltijden te gebruiken en 1 - 1,5 uur voor het slapen gaan niet meer te eten.
- Wees voorzichtig met het eten van voedsel dat kan blijven steken. Op de volgende bladzijde volgt een overzicht hiervan.

---

### **Overzicht van voedsel dat kan blijven steken:**

- Brood:** - droog brood, brood met noten, zaden en pitten;  
- 'kleffe' producten zoals vers witbrood, witte bolletjes.
- vlees:** - stukje bot in vlees, graten in vis;  
- taai en draderig vlees, bijvoorbeeld rosbief, biefstuk en rookvlees. Deze alleen heel fijngesneden gebruiken.
- groente:** - vezelige groenten zoals asperges en bleekselderij;  
- champignons, peulvruchten, maïs, rabarber, taugé, rauwkost, zuurkool. Deze groenten fijnsnijden en goed kauwen.
- fruit:** - citrusvruchten zoals sinaasappel, mandarijn en grapefruit. Bij voorkeur persen.  
- Verse ananas, gedroogde vruchten zoals dadels, vijgen en pruimen. Deze goed kauwen.
- diversen:** - noten en pinda's, kokosproducten, popcorn, (Engelse) drop, spekkies en amandelspijs. Deze goed kauwen.

### **Heeft u nog vragen**

Deze folder is niet bedoeld als vervanging van mondelinge informatie, maar als aanvulling hierop. Hierdoor kunt u thuis alles nog eens rustig nalezen.

Heeft u nog vragen, neemt u dan contact op met de **afdeling diëtetiek**, **telefoon 040 - 286 4050**. U kunt ons iedere werkdag bereiken tussen 8.30 - 9.00 uur en tussen 13.30 - 14.00 uur.

**St. Anna Ziekenhuis**

**locatie Geldrop**  
Bogardeind 2  
5664 EH Geldrop

**locatie Eindhoven**  
Antoon Coolenlaan 1-03  
5644 RX Eindhoven

T 040 - 286 4040

**COLOFON**

Opmerkingen, suggesties of  
aanvullingen op de folder  
kunt u kenbaar maken bij  
patiëntenvoorlichting:  
[patiëntenvoorlichting@st-anna.nl](mailto:patiëntenvoorlichting@st-anna.nl)

[www.st-anna.nl](http://www.st-anna.nl)

**DIE023**  
**08-17**