

Voorbeeld dagschema te volgen gedurende 14 dagen voorafgaand aan de operatie

Ontbijt:

- 1 eiwitrijke vervangmaaltijd
- 1 kopje thee/koffie/water

Tussendoor:

- 1 eiwitrijke vervangmaaltijd OF zelfgemaakte groentesoep (eventueel soep aanrijken met eiwitvervanger)
- 1 kopje thee/koffie/water

Middag:

- 1 eiwitrijke vervangmaaltijd
- rauwe groenten: snoeptomaatjes, radijsjes, schijfjes komkommer, wortel
- 1 kopje thee/koffie/water

Tussendoor:

- 1 eiwitrijke vervangmaaltijd
- 1 kopje thee/koffie/water

Avond:

- 1 eiwitrijke vervangmaaltijd
- toegelaten groenten: bereiding met weinig vetstof
- 1 kopje thee/koffie/water

Tussendoor:

- rauwe groenten: snoeptomaatjes, radijsjes, schijfjes komkommer, wortel
- 1 kopje thee/koffie/water

Heb je na het lezen van deze brochure nog vragen, aarzel dan niet om deze te stellen aan de diëtisten.

DIENT DIËTETIEK

tel. 02 363 63 56
dieet@sintmaria.be



Proteïedieet

Dieet voorafgaand aan
een gastic bypass en sleeve



Sint-Maria Halle
ALGEMEEN ZIEKENHUIS

Waarom?

Het doel van het proteïnedieet is om de 'vervette' lever te laten slinken. Omdat de maag zich deels achter de lever bevindt, wordt de operatie vergemakkelijkt voor de chirurg. De kans op complicaties wordt ook verkleind.

Duur?

Gedurende twee weken voorafgaand aan de operatie. Indien de datum van de operatie vast ligt, weet je dus wanneer te starten met het proteïnedieet.

Welke proteïnen gebruiken?

Kies voor een eiwitrijke vervangmaaltijd. Neem dus geen eiwitrijke snacks of repen. Per portie dient het product ongeveer 100 kcal en 15-18 g eiwit te bevatten.

Deze specifieke producten passen binnen het proteïnedieet voorafgaand aan een gastric bypass en sleeve:

- Prowell fase 1: milkshake – fruitdrink – soep
- X-daylight : milkshake – fruitdrink – soep
- Modifast proteïn shape: milkshake
- Protiplan: smoothie – milkshake
- Novashops proteïneshake
- Proday proteïneshake
- QNT Easy Body Skinny Proteïn

Indien je een andere eiwitrijke vervangmaaltijd wenst te gebruiken, neem contact op met je diëtist.

Algemene dagelijkse richtlijnen

- Gebruik minimaal vijf en maximaal zes eiwitrijke vervangmaaltijden
- Gebruik maximaal één eetlepel olie of margarine bij de bereiding van de warme groenten
- Bij rauwkost kan eventueel één eetlepel magere slasaus gebruikt worden
- Zachte kruiden mogen gebruikt worden: bieslook, basilicum, munt, dille, peterselie, paprika, rozemarijn, ...
- Voor soep dient één vetarm bouillonblokje voor drie liter soep
- Drink anderhalf tot twee liter water

Verboden

- Verboden groenten: doperwten, artisjok, maïs, pastinaak, rode biet, schorseneren, aardpeer, witte en rode bonen, peulvruchten, kikkererwten, linzen
- Aardappelen, rijst, pasta, quinoa, couscous, brood, cornflakes, havermout
- Fruit: alle soorten
- Avocado, olijven, noten, zaden
- Melkproducten en afgeleiden
- Suiker
- Mayonaise