



Verpleegkunde 15 Het dagmenu

- Leg maaltijden en dieetopties uit
- Bespreek voorkeuren en pas menu's aan aan speciale behoeften
- woordenschat: maaltijden en dranken in de zorg, diabetesgerelateerde dieetvocabulaire, voeding bij chronische ziekte, aanpassingen in het menu

De maaltijdplanning

Een menu samenstellen

Het dieetadvies

Het dieet voor diabetes

Dieetconsulent raadplegen

Aanpassen aan allergieën

Voorkeuren aangeven

Een alternatief voorstellen

Op smaak brengen zonder zout

De zoutreductie

Vetten beperken

De koolhydraatbeperking

De suikervrije optie

Tussendoortje vermijden

De vezelrijke voeding

De voedingswaarde

De portiegrootte

De vochtinname

Voedingssupplementen aanbevelen

1.Oefeningen

1. Koppel elk woord aan de juiste definitie.

- | | |
|----------------------------|--|
| a. de allergie | 1. Een reactie van het lichaam op een bepaald voedingsmiddel; je moet het vermijden. |
| b. de koolhydraatbeperking | 2. Een dieetregel waarbij je minder brood, pasta of rijst eet. |
| c. het aangepaste menu | 3. Een menu dat veranderd is zodat het past bij iemands ziekte of dieetwens. |

a-1 b-2 c-3



2. Aangepast dagmenu op de afdeling (QR: Audio)

Vul de lege plekken in: voedingsschema, bloedsuikerspiegel, koolhydraatbeperking, dieetwensen, suikerziekte, vermijden, aanpassen, energiebehoefte, allergieën



Op onze afdeling werken we met een dagmenu en een (1) _____ per patiënt. Bij opname noteert de verpleegkundige (2) _____ en (3) _____, zodat de keuken het menu op tijd kan (4) _____. Bij diabetes ((5) _____) letten we extra op de (6) _____ en kiezen we vaker voor vezelrijke voeding en producten met een lage glycemische index. Zo houden patiënten meer energie en voorkomen we grote schommelingen.

Voor sommige patiënten geldt een (7) _____ of zoutbeperking. Dan serveren we kleinere porties en (8) _____ we zoete tussendoortjes. Een vetarme maaltijd kan nodig zijn bij chronische klachten of bij minder beweging. In de avonddienst controleren we of het aangepaste menu is aangekomen en spreken we met de patiënt na wat wel en niet goed ging. Is iets niet leverbaar, dan adviseren we een alternatief dat past bij de voedingswaarde en bij de (9) _____.

1. Welke maatregelen neemt de afdeling om de maaltijden veilig en passend te maken voor patiënten met speciale dieetwensen?

2. Hoe controleert het team of het aangepaste menu voldoet aan de behoeften van de patiënt en wat doen ze als iets ontbreekt?

3. Luister naar het audiofragment en kies het juiste antwoord. (QR: Audio)

- | | Waar Onwaar | |
|--|--------------------------|--------------------------|
| 1. De spreker controleert het voedingsschema van een patiënt tijdens de avonddienst. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2. De patiënt mag vandaag zuivel gebruiken omdat ze niet lactose-intolerant is. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3. Het eten wordt rond zes uur geserveerd. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |



4. Kies de juiste oplossing

1. De dieetconsulent _____ dat u de portiegrootte verkleint om uw bloedsuiker stabiel te houden.
a. geadviseerd b. adviseert c. adviseer d. adviseerde
 2. Als een bewoner diabetes heeft, _____ de keuken vaak een suikervrije optie voor bij het dessert.
a. stel voor b. stelt voor c. stelde voor d. voorstelt
 3. Tijdens de intake _____ de verpleegkundige hoeveel iemand per dag drinkt voor de vochtinname.
a. vragen b. gevraagd c. vraag d. vraagt
1. adviseert 2. stelt voor 3. vraagt



5. Rollenspel - dialogen (QR: Audio)

Aangepast menu op de afdeling

Verpleegkundige *Goedemorgen meneer De Vries, ik kom het menu voor vandaag met u doornemen. U heeft diabetes, klopt dat?*

Patiënt (Meneer De Vries): *Ja, ik heb suikerziekte en ik ben allergisch voor noten. Ik wil graag minder koolhydraten, anders stijgt mijn bloedsuiker te veel.*

Verpleegkundige (Sanne): *Dat begrijp ik. Dan vermijden we noten en kies ik voor een laag-glycemische optie. Wat heeft uw voorkeur: een klein portie met extra groenten of een normale portie?*

Patiënt (Meneer De Vries): *Een kleine portie graag, en bij voorkeur iets vetarms; anders ligt het te zwaar op mijn maag.*

Verpleegkundige (Sanne): *Prima. Ik stel een aangepast menu voor: gegrilde kip, vezelrijke groenten zoals broccoli en een beetje volkorenrijst. Zuivel is geen probleem voor u, toch?*

Patiënt (Meneer De Vries): *Nee, zuivel gaat goed. Maar niet te veel zout alstublieft.*

Verpleegkundige (Sanne): *Dan houden we een zoutbeperking aan. Ik noteer dit in uw voedingsschema en kom na de lunch nog even langs om alles na te spreken en indien nodig aan te passen.*

1. Welke dieetwensen noemt meneer De Vries en wat stelt Sanne voor aan te passen?
-

6. Spreken: vertaal en beantwoord (QR: AI+)



Ik stel voor om ... omdat ... / Volgens het dieetadvies is het beter om ... / We kunnen het aanpassen door ...

1. U maakt de maaltijdplanning voor een cliënt met diabetes - wat zet u op het menu voor ontbijt en avondeten, en waarom?

2. Een cliënt vindt het eten te flauw en wil meer zout, maar moet een zoutreductie volgen - wat zegt u en welk alternatief stelt u voor?

7. Schrijven: (QR: AI+)


