



Pielęgniarstwo 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 dieetwens	<i>(Życzenie dietetyczne)</i>	Energiebehoefte	<i>(Zapotrzebowanie energetyczne)</i>
De allergie	<i>(Alergia)</i>	Voedingswaarde	<i>(Wartość odżywcza)</i>
De koolhydraatbeperking	<i>(Ograniczenie węglowodanów)</i>	Zuivelvrij	<i>(Bez nabiału)</i>
De suikerziekte	<i>(Cukrzyca)</i>	Glutenvrij	<i>(Bezglutenowy)</i>
De bloedsuikerspiegel	<i>(Poziom glukozy we krwi)</i>	Lactose-intolerant	<i>(Nietolerancja laktozy)</i>
De vezelrijke voeding	<i>(Produkty bogate w błonnik)</i>	Laag-glycemisch	<i>(Niski indeks glikemiczny)</i>
De zoutbeperking	<i>(Ograniczenie soli)</i>	Aanraden (aanraden)	<i>(Polecać (polecać))</i>
De vetarme maaltijd	<i>(Posiłek niskotłuszczowy)</i>	Aanpassen (aanpassen)	<i>(Dostosować (dostosować))</i>
Het kleine portie	<i>(Mała porcja)</i>	Opwarmen (opwarmen)	<i>(Podgrzewać (podgrzewać))</i>
Het aangepaste menu	<i>(Dostosowane menu)</i>	Serveren (serveren)	<i>(Podawać (podawać))</i>
Het dieetvoedsel	<i>(Żywność dietetyczna)</i>	Vermijden (vermijden)	<i>(Unikać (unikać))</i>
Het voedingsschema	<i>(Plan żywienia)</i>	Naspreken (naspreken)	<i>(Powtórzyć (powtórzyć))</i>

1. Ćwiczenia

1. Dopasuj każde słowo do jego definicji.

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

a-2 b-3 c-1



2. Dostosowane menu dzienne na oddziale (QR: Audio)

Wypełnij luki: suikerziekte, dieetwensen, bloedsuikerspiegel, allergieën, vermijden, koolhydraatbeperking, energiebehoefte, voedingsschema, aanpassen



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) _____.

Na naszym oddziale pracujemy według menu dziennego i indywidualnego schematu żywienia dla pacjenta. Przy przyjęciu pielęgniarka zapisuje życzenia dietetyczne i alergię, aby kuchnia mogła na czas dostosować menu. Przy cukrzycy zwracamy szczególną uwagę na poziom glukozy we krwi i częściej wybieramy pokarmy bogate w błonnik oraz produkty o niskim indeksie glikemicznym. Dzięki temu pacjenci mają więcej energii i unikamy dużych wahań.


U niektórych pacjentów obowiązuje ograniczenie węglowodanów lub soli. Wtedy podajemy mniejsze porcje i unikamy słodkich przekąsek. Dieta niskotłuszczowa może być konieczna przy przewlekłych dolegliwościach lub przy ograniczonej aktywności. Na dyżurze wieczornym sprawdzamy, czy dostarczono dostosowane menu i rozmawiamy z pacjentem o tym, co poszło dobrze, a co nie. Jeśli coś jest niedostępne, proponujemy alternatywę, która pasuje pod względem wartości odżywczej i zapotrzebowania energetycznego.

(1) voedingsschema, (2) dieetwensen, (3) allergieën, (4) aanpassen, (5) suikerziekte, (6) bloedsuikerspiegel, (7) koolhydraatbeperking, (8) vermijden, (9) energiebehoefte

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. Posłuchaj fragmentu audio i wybierz poprawną odpowiedź. (QR: Audio)

- | | Prawda | Falsz | |
|--|--------------------------|--------------------------|--|
| 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"/> | |

1-V 2-X 3-V

4. Wybierz poprawne rozwiązanie

1. De dieetconsulent _____ dat u de portiegrootte verkleint om uw bloedsuiker stabiel te houden. *(Dietetyk zaleca, aby zmniejszyć wielkość porcji, żeby utrzymać stabilny poziom cukru we krwi.)*
a. adviseert b. adviseerde c. adviseer d. geadviseerd
2. Als een bewoner diabetes heeft, _____ de keuken vaak een suikervrije optie voor bij het dessert. *(Jeśli mieszkaniec ma cukrzycę, kuchnia często proponuje bezcukrową opcję do deseru.)*
a. voorstelt b. stelde voor c. stelt voor d. stel voor
3. Tijdens de intake _____ de verpleegkundige hoeveel iemand per dag drinkt voor de vochtinname. *(Podczas przyjęcia pielęgniarzka pyta, ile ktoś pije dziennie, aby określić podaż płynów.)*
a. gevraagd b. vraag c. vraagt d. vragen

1. adviseert 2. stelt voor 3. vraagt

5. Odgrywanie ról - dialogi (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?*

(Sanne):

(Dzień dobry, panie De Vries, przychodzę omówić z panem dzisiejsze menu. Ma pan cukrzycę, zgadza się?)

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.*

(Tak, mam cukrzycę i jestem uczulony na orzechy. Chciałbym mniej węglowodanów, inaczej mój poziom cukru za bardzo wzrasta.)

Verpleegkundige *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?*

(Sanne):

(Rozumiem. Unikniemy orzechów i wybiorę opcję o niskim indeksie glikemicznym. Co pan woli: małą porcję z dodatkowymi warzywami czy normalną porcję?)



Patiënt (Meneer De Vries): *Een kleine portie graag, en bij voorkeur iets vetarms; anders ligt het te zwaar op mijn maag.*
(Poproszę małą porcję i najlepiej coś niskotłuszczowego; inaczej leży mi to zbyt ciężko na żołądku.)

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?*
(Dobrze. Proponuję dostosowane menu: grillowany kurczak, warzywa bogate w błonnik, takie jak brokuly, i trochę brązowego ryżu. Nabiał nie stanowi dla pana problemu, prawda?)

Patiënt (Meneer De Vries): *Nee, zuivel gaat goed. Maar niet te veel zout alstublieft.*
(Nie, nabiał mi nie szkodzi. Ale proszę o niewiele soli.)

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.*
(W takim razie zachowamy ograniczenie soli. Zapiszę to w pana planie żywieniowym i wpadnę po obiedzie, żeby wszystko omówić i w razie potrzeby wprowadzić zmiany.)

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

6. Mówienie (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. Pisanie: (QR: AI+)

