

VOEDINGSADVIES BIJ MISSELIJKHEID EN BRAKEN

Wat is een goede keuze?

- ▲ Drink minimaal 1,5 liter vocht, verdeeld tussen de maaltijden. Kies bij voorkeur voor melk- of sportdranken, frisdrank en vruchtensap.
- ▲ Kies voor kleine frequente maaltijden (5 à 6 per dag).
- ▲ Eet waar je zin in hebt.
- ▲ Gemberthee kan helpen tegen misselijkheid.
- ▲ Kies voor vloeibare en lepelbare voedingsmiddelen.
- ▲ Eet vooral koude maaltijden.
- ▲ Probeer eens een beschuit met smeerbaar beleg.

Wat vermijd je beter?

- ▲ Vermijd storende etensgeuren.
- ▲ Ga niet te snel liggen na de maaltijd.
- ▲ Vermijd een lege maag.

VRAGEN? NOTEER ZE HIER

Wil je deze fiche of andere documentatie over jouw behandeling digitaal bekijken?

Je vindt alle info op www.uzgent.be/folders-kankercentrum onder de rubriek 'Voeding'.
