

VETBALANS IN ONTLASTING EN BIJBEHOREND DIEET

In deze folder geeft het Ruwaard van Putten Ziekenhuis u algemene informatie over het onderzoek van de ontlasting. Wij adviseren u deze informatie zorgvuldig te lezen. Indien voor u van toepassing zullen aanvullingen en/of wijzigingen op deze algemene informatie altijd door uw behandelend arts aan u worden meegedeeld.

Afspraak

Voor dit onderzoek is het niet nodig om een afspraak te maken. Potten (in totaal drie) voor het verzamelen van de ontlasting, kunt u ophalen bij het Afnamelaboratorium, route 75.

Doel van het onderzoek

Uw ontlasting wordt gedurende drie opeenvolgende dagen onderzocht op vetuitscheiding. Voor dit onderzoek is het nodig dat u onderstaand dieet volgt.

Het dieet

Bij de samenstelling van het dieet geldt een maximum van 100 gram vet per dag. Alle aangegeven voedingsmiddelen dienen gewogen/gemeten te worden. Het is belangrijk dat u **niets meer, maar ook niets minder eet en drinkt** dan staat aangegeven.

Ruwaard van Putten Ziekenhuis
Ruwaard van Puttenweg 500
3201 GZ Spijkenisse

T 0181 65 88 88
E info@rpz.nl
I www.rpz.nl



Het gebruik van laxeremiddelen en olie-
klysma's is niet toegestaan tijdens het
dieet.

In totaal duurt het dieet zes dagen, waar-
van de eerste drie inlooptijden zijn. Op de
vierde, vijfde en zesde dag verzamelt u de
ontlasting in de potten.

Ontbijt

- 2 sneden brood, liefst volkoren,
besmeerd met **in totaal 10 gram
margarine**.
- 1 plakje (voorgesneden) 48+ kaas (25
gram), bijvoorbeeld Goudse kaas.
- 1 plakje vleesbeleg (15 gram), bijvoor-
beeld boterhamworst of cervelaatworst.
- 1 beker koffie of thee (suiker is toege-
staan, koffiemelk niet).

Ochtend tussendoor

- 1 beker koffie of thee (suiker is toege-
staan, koffiemelk niet).
- **1 reep chocolade van 25 gram** (melk,
puur, wit, zonder noten!).
- onbeperkt (mineraal) water.

Broodmaaltijd

- 2 sneden brood, liefst volkoren,
besmeerd met **in totaal 10 gram
margarine**.

- 1 plakje (voorgesneden) 48+ kaas (25
gram), bijvoorbeeld Goudse kaas.
- 1 plakje vleesbeleg (15 gram), bijvoor-
beeld boterhamworst of cervelaatworst.
- 1 beker halfvolle melk (250 ml).
- 1 portie fruit naar wens.

's Middags tussendoor

- thee.
- **1 reep chocolade van 25 gram** (melk,
puur, wit, zonder noten!).
- 1 portie fruit à 150 gram (schoon gewo-
gen) of een glas **ongezoet** vruchtensap
(150 ml sinaasappelsap/appelsap uit een
pak of vers geperst).

Warme maaltijd

- géén soep.
- 100 gram mager vlees, vis of kip zonder
vel (= 75 gram gaar).
- **30 gram margarine** om de warme
maaltijd te bereiden.
- 1 portie groente (van bladgroente: 250
gram rauw gewogen).
- 1 portie rauwkost zonder olie, mayo-
naise of slasaus.
- 1 portie macaroni, rijst of iets dergelijks.
- (mineraal)water en/of frisdrank.



's Avonds

- 2 bekertjes koffie of thee (suiker is toegestaan, koffiemelk niet).
- **1 reep chocolade van 25 gram** (melk, puur, wit, zonder noten!).
- 1 portie fruit à 150 gram (schoon gewogen) of een glas **ongezoet** vruchtensap (150 ml sinaasappelsap/appelsap uit een pak of vers geperst).
- (mineraal)water en/of frisdrank.

Materiaal verzamelen en inleveren

Vanaf de vierde dieetdag gaat u alle ontlasting **per dag** in een **aparte pot** verzamelen. U voorziet de potten van uw naam, geboortedatum en de verzameldatum en bewaart deze op een koele plaats.

Na de laatste ontlasting op de zesde dag, brengt u alle potten nog dezelfde dag naar het Afnamelaboratorium (route 75). U kunt daar terecht op maandag, dinsdag, woensdag en vrijdag van 08.00 uur tot 16.30 uur en op donderdag van 08.00 uur tot 20.00 uur. Het is belangrijk, dat u ook het aanvraagformulier en uw patiëntenkaart meeneemt.

De uitslag

Uw behandelend arts zal de uitslag met u bespreken tijdens uw volgende afspraak.

Tot slot

Mocht u na het lezen van deze algemene informatie nog vragen hebben over het dieet, dan kunt u contact opnemen met de diëtiste, telefoonnummer (0181) 65 83 68. Als u nog vragen heeft over het onderzoek, kunt u contact opnemen met het Klinisch Chemisch Laboratorium, telefoonnummer (0181) 65 85 42.

