Voeding en kanker

Bij kanker (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/kanker) kan zowel de tumor als de behandeling(en) voedingsproblemen veroorzaken. Als gevolg van de ziekte kan uw lichaam behoefte hebben aan extra voedingstoffen.

Als u kanker heeft, kan het gebeuren dat u te weinig voedingsstoffen binnenkrijgt. Bijvoorbeeld door verminderde eetlust, misselijkheid, spanning, vermoeidheid of bijwerkingen van de behandeling. ‘Gewoon gezond eten’ is dan vaak niet meer voldoende. En eten is soms niet meer vanzelfsprekend lekker en leuk. Hierdoor kan uw voedingstoestand achteruit gaan.

Energie- en eiwitrijkeverrijkt dieet

Bij ziekte, na een operatie en bij wonden is extra eiwit nodig om te herstellen. Eiwitten, ook wel proteïne genoemd, zijn bouwstoffen voor uw lichaam. Ze zijn de belangrijkste voedingsstof voor de opbouw en behouden van spieren en cellen. Om de eiwitten goed te kunnen opnemen zijn er voldoende vitamines en mineralen nodig. Om uw conditie te verbeteren is een combinatie van Energie -en eiwitverrijkt dieet (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/behandelingen/energie-en-eiwitverrijkt-dieet) en beweging nodig.

Hoe weet u of uw voedingstoestand goed is?

We spreken van een slechte voedingstoestand als uw gewicht:

- binnen 1 maand onbedoeld meer dan 5% gedaald is
- of binnen 6 maanden onbedoeld meer dan 10% gedaald is.

Een slechte voedingstoestand noemen we ook wel ‘ondervoeding’. De helft van de mensen met kanker krijgt te maken met ondervoeding. Bij ondervoeding kan ook uw spiermassa minder worden, uw weerstand afnemen, en kunt u zich minder goed voelen. U heeft een goede conditie nodig om zo fit mogelijk te blijven in de periode van ziekte, maar ook in de periode daarna. Goed eten en zoveel mogelijk in beweging blijven zorgt voor een goede conditie.

Wat kan de diëtist voor u doen?

De diëtist kan u helpen als u vragen heeft over kanker en voeding. Bijvoorbeeld: past uw voedingspatroon bij uw huidige situatie? Wat is nu het beste om te eten? Heeft u last van verminderde eetlust of smaakverandering? Neemt uw gewicht af of komt u juist aan? Heeft u last van misselijkheid of braken; van diarree of verstopping? Kunt u minder goed eten doordat uw mond pijnlijk is? Heeft u het gevoel dat het eten blijft hangen?

Meer informatie over voeding en kanker vindt u ook op de website www.voedingenkankerinfo.nl (https://www.voedingenkankerinfo.nl). Dit is een website met betrouwbare informatie uit wetenschap en praktijk over voeding in alle fasen: tijdens de behandeling, na de behandeling, maar ook om kanker te voorkomen.

Als u in contact wilt komen met de diëtist, kunt u dit bespreken met uw behandelend arts of de verpleegkundig specialist.

De verwijsgids kanker (https://www.verwijsgidskanker.nl/) biedt een overzicht van zorgverleners, organisaties en zelfhulpprogramma's. Dit kan u helpen bij het vinden van ondersteunende behandelingen en begeleiding bij kanker, ook op het

gebied van voeding. Een overzicht van aangesloten netwerkpartners in de regio zijn te vinden op Home - Oncologiezorgnetwerk Den Bosch (https://denbosch.oncologiezorgnetwerken.nl/).

Na afloop van uw behandeling heeft u een nazorggesprek met de verpleegkundig specialist. Tijdens dit gesprek bekijken we onder meer of u aanvullende zorg nodig heeft. Afhankelijk van uw diagnose kan dit ook tijdens de vervolgcontroles met uw arts, verpleegkundige specialist of physician assistent aan bod komen.

Betrokken afdelingen

- Diëtetiek (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/dietetiek)

Code ONC-200B

Copyright 2026 Jeroen Bosch Ziekenhuis