Behandeling

Ziekte van Crohn en Colitis ulcerosa, voedingsadviezen

Bij de ziekte van Crohn en Colitis ulcerosa (IBD) komen er vooral in de ontstekingsfase verschillende klachten voor.

Veel voorkomende klachten bij de ziekte van Crohn (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/aandoeningen/crohn-ziekte-van) en Colitis ulcerosa (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/aandoeningen/colitis-ulcerosa-dikkedarmontsteking) zijn buikpijn of buikkrampen, diarree, vermoeidheid en minder trek in eten. Deze klachten kunnen ervoor zorgen dat u minder eet en dat uw darmen de voedingsstoffen minder goed kunnen opnemen. U kunt dan een tekort krijgen aan ijzer, calcium, vitamine B12, vitamine D, zink, magnesium en foliumzuur. Een goede voeding kan het darmslijmvlies versterken en kan bijdragen aan het voorkomen van tekorten en aan een goed gewicht.

(073) 553 20 19
Maandag t/m vrijdag 8.30 – 12.00 uur en van 13.30 - 16.30 uur

Voedingsadviezen bij de ziekte van Crohn en Colitis ulcerosa

Algemene leefregels en voedingsadviezen bij de ziekte van Crohn en Colitis ulcerosa

- Eet regelmatig, gevarieerd en gezond.
- Eet voldoende groente (250 gram per dag) en fruit (200 gram per dag).
- Neem volkoren producten.
- Eet elke week peulvruchten.
- Eet elke week vette vis zoals zalm, haring, makreel, sardientje, tonijn.
- Eet elke dag een handje noten.
- Eet langzaam en kauw goed.
- Neem puur en onbewerkt voedsel, geen pakjes, zakjes of potjes.
- Vermijd bewerkt voedsel en emulgatoren zoals carboxymethyl-cellulose.
- Drink 1,5 tot 2 liter per dag.
- Als u rookt: stop met roken.
- Probeer stress en spanning te vermijden.
- Neem voldoende rust.
- Beweeg voldoende. Beweging heeft een positief effect op uw gezondheid, maar vermijd extreme inspanning. Meer informatie over beweging vindt u bij het Voedingscentrum (https://www.voedingscentrum.nl/nl/thema/eten-bij-sport-en-beweging/beweeg-ik-genoeg-.aspx).
- Probeer te zorgen voor een gezond lichaamsgewicht: www.voedingscentrum.nl/bmi (https://www.voedingscentrum.nl/bmi)

- Volg goed bedoelde adviezen van mensen in uw omgeving niet zomaar op. Vraag u af waar deze adviezen op gebaseerd zijn en waar ze vandaan komen.

Welke voeding gebruikt u in de rustige/stabiele fase?

Gezond en gevarieerd

U hoeft bij IBD geen speciaal dieet te volgen. Hoewel voeding vaak tot stress en onzekerheid kan leiden, is het belangrijk om gezond en gevarieerd te eten, zodat u voldoende voedingstoffen en voedingsvezels binnenkrijgt. Adviezen hiervoor vindt u in de paragraaf hierboven.

Voedingsdagboek

De klachten die u bij IBD krijgt van bepaalde voeding, kunnen heel verschillend zijn en per persoon verschillen. Wilt u weten welke voeding bij u klachten geeft? Dan kan het helpen om een voedingsdagboek bij te houden. U schrijft hierin op wat u eet en welke klachten u daarna krijgt.

Houd er rekening mee dat uw lichaam anders kan reageren tijdens een ontsteking. In deze periode kunt u mogelijk sommige voedingsmiddelen niet goed verdragen. Na de herstelfase, als de ontsteking rustiger wordt of over is, kunt u deze voedingsmiddelen vaak weer beter eten.

Voedingsvezels

De meeste voedingsadviezen hebben als doel het darmslijmvlies te versterken. Daarom is er speciale aandacht is voor voedingsvezels. Er zijn 2 soorten voedingsvezels: oplosbare en onoplosbare vezels.

- *Oplosbare vezels* worden in de dikke darm bewerkt door de darmbacteriën. Hierbij komen stoffen vrij die de darmbeweging stimuleren. Dit zorgt ervoor dat de darmen goed blijven werken of beter gaan werken als u hier problemen mee heeft. Deze oplosbare vezels zitten vooral in peulvruchten, groente en fruit.
- De *onoplosbare vezels* werken anders. Die werken namelijk als een soort spons in de dikke darm: ze nemen vocht op. Dit zorgt ervoor dat (te) dunne ontlasting dikker wordt en dat harde, droge ontlasting juist weer zacht en soepel wordt. Deze onoplosbare vezels zitten vooral in volkoren- en graanproducten, zoals volkoren- en roggebrood, volkoren pasta, zilvervliesrijst, muesli/cruesli.

Het advies is 30-40 gram voedingsvezels per dag in de rustige/stabiele fase (niet in de ontstekingsfase). Als het gehalte aan voedingsvezels van uw voeding te laag is, verhoogt u de hoeveelheid vezels in stapjes van 5 gram per keer. Uw darmen moeten geleidelijk wennen aan meer vezels. Krijgt u aan het begin wat rommelingen of krampen? Wacht dan tot uw darmen weer rustig zijn en verhoog daarna zo nodig het vezelgehalte in uw voeding opnieuw met 5 gram. De hoeveelheid vezels in uw voeding kunt u berekenen op de website van het MDL Fonds (https://www.mdlfonds.nl/vezeltest/).

Ook voor vezelrijke recepten kunt u kijken op de website van het MDL Fonds (https://www.mdlfonds.nl/receptenboekjes/).

Welke voeding gebruikt u in de ontstekingsfase en bij verschillende klachten?

Licht verteerbaar

Meestal krijgt u problemen met de voeding als uw darmen ontstoken zijn. Voeding werkt ondersteunend bij de behandeling. Wat u eet, kunt u het beste zelf beslissen. Dit hangt af van de klachten die u heeft. Een licht verteerbare voeding kan u helpen. Hierin zitten fijne voedingsvezels. Deze voeding is verder niet scherp gekruid en er zit weinig vet in. U probeert hiermee te voorkomen dat uw buikklachten erger worden door de voeding.

Fijne voedingsvezels

Fijne voedingsvezels komen voor in:

- Fijn volkorenbrood, bruinbrood, (volkoren)beschuit, (volkoren)knäckebröd, (volkoren)ontbijtkoek, Bambix, Brinta, griesmeel.
- Zachte groente zoals wortelen, bloemkool, broccoli, fijne doperwten, sperziebonen, andijvie, spinazie, bietjes, courgette, postelein, fijn gesneden rauwkost.
- Zacht, rijp en eventueel geschild fruit zoals peer, banaan, perzik , pruim, abrikoos, aardbei, kers.
- Aardappel(puree), witte rijst, pasta, mie.

Neem in de ontstekingsfase geen grove volkorenproducten met pitten en zaden, grof gesneden rauwkost, draderige groenten, noten en pinda's.

Ondervoeding

Door de klachten kan het zijn dat u minder eet en afvalt en de ontsteking verhoogt de behoefte aan voedingsstoffen. Hierdoor bestaat er een verhoogde kans op ondervoeding. Ook wanneer u overgewicht heeft, kunt u ondervoed raken.

Er is sprake van (risico op) ondervoeding wanneer u:

- binnen 1 maand 5% of meer onbedoeld bent afgevallen;
- in 6 maanden tijd 10-15% onbedoeld bent afgevallen;
- ondergewicht hebt (BMI < 18,5 kg/m2).

Ondervoeding gaat vaak samen met een afname van uw conditie, lusteloosheid en vermoeidheid. Bij ondervoeding duurt het herstel langer. Weeg uzelf 1x per week op dezelfde weegschaal en op dezelfde tijd. Valt u te snel of teveel af en/of heeft u weinig eetlust? Of vermoedt u dat u (risico op) ondervoeding heeft? Dan is het verstandig om een afspraak te maken met een diëtist.

Adviezen bij verminderde eetlust

Juist in de ontstekingsfase is het belangrijk dat uw voedingstoestand goed blijft.

- Door de ontsteking heeft u meer energie en eiwit nodig dan normaal. Maak gebruik van eiwitrijke voedingsmiddelen zoals vlees, vleeswaren, vis, kaas en melkproducten.
- Vaak heeft u minder trek in eten. Daardoor kunt u zonder dat u het wilt afvallen. Probeer dan naast de 3 hoofdmaaltijden, ook 3 tussendoortjes te gebruiken.
- Maak gebruik van voedingsmiddelen die u goed kunt verdragen.
- Soms is het nodig om tijdelijk gebruik te maken van speciale dieetproducten, zoals drinkvoeding. Uw diëtist kan u daar meer over vertellen. Meestal vergoedt uw zorgverzekeraar deze.

Heeft u vragen over deze dieetproducten? Neem dan contact op met de diëtist.

Adviezen bij diarree

Diarree is een klacht die vaak voorkomt bij IBD. Vaak wordt er gedacht dat diarree ontstaat door verkeerd eten, maar bijna altijd wordt de diarree veroorzaakt door ontstekingen in de darm. Deze ontstekingen kunnen ervoor zorgen dat de darmen niet voldoende vocht en voedingsstoffen opnemen. Het is belangrijk dat u goed blijft eten en drinken. Minder eten en drinken bij diarree zorgt voor uitdroging en vermoeidheid en zorgt er niet voor dat de diarree minder wordt.

- Probeer in ieder geval 2 tot 2,5 liter per dag te drinken. Dat zijn 13 tot 17 kopjes van 150 ml.
- Neem geen grote hoeveelheden vruchtensap en koffie. Deze kunnen de diarree juist verergeren.
- Neem extra zout, bijvoorbeeld door het drinken van bouillon of soep, door extra zout toe te voegen aan de warme maaltijd

of door het eten van zoutrijke producten zoals rookvlees, rauwe ham, kaas, chips, zoutjes, zoete koekjes en haring.
- Eet producten met voldoende (fijne) voedingsvezels. Deze zorgen voor indikking van de ontlasting.

Het is belangrijk om voldoende vezels te eten. Vroeger dacht men dat bepaalde (vezelarme) voedingsmiddelen een stoppende werking hadden. Daarom werd aangeraden om wit brood, beschuit, witte rijst en bananen te eten. Dit zijn achterhaalde adviezen. Bij IBD is een normaal vezelgehalte in de voeding belangrijk, ongeveer 30 tot 40 gram per dag.

Adviezen bij winderigheid en opgeblazen buik

Als u IBD heeft, kunt u last hebben van extra gasvorming. Gasvormende voedingsmiddelen versnellen de darmwerking en kunnen daardoor deze klachten van winderigheid en een opgeblazen gevoel veroorzaken of versterken.

Producten die extra gasvorming kunnen veroorzaken:

- koolsoorten, zoals rode kool, witte kool en boerenkool, spruiten;
- prei;
- uien en knoflook;
- paprika;
- peulvruchten;
- nieuwe aardappelen;
- onrijpe banaan;
- meloen;
- koolzuurhoudende dranken en bier;
- grote hoeveelheden vruchtensap, suiker en producten met veel suiker of gezoet met sorbitol.

Niet iedereen heeft last van al deze producten. Als u merkt dat u gevoelig bent voor een product, gebruik dit dan (tijdelijk) niet. Daarnaast is het belangrijk dat u rustig eet en niet praat tijdens het eten. Daardoor is er minder kans dat u lucht inslikt. Ook bij het kauwen van kauwgom en bij het roken wordt vaak lucht ingeslikt, zonder dat u het in de gaten heeft.

Klachten door melkproducten?

Door uw darmziekte kan het voorkomen dat u tijdelijk weinig of geen melk(producten) kunt verdragen, bijvoorbeeld tijdens een opvlamming van de ziekte. Dit komt doordat het enzym lactase minder actief is in de dunne darm. De melksuiker kan dan niet goed worden afgebroken en gaat in de dikke darm gisten.

Klachten die u hiervan kunt hebben zijn buikkrampen, een opgeblazen gevoel en diarree na het gebruik van melkproducten zoals melk, vla, pap en ijs. Meestal worden zure melkproducten beter verdragen, zoals yoghurt, karnemelk, kefir en kwark. In Nederlandse harde kaas zit geen lactose.

Beoordeel zelf eerst goed of de klachten echt van de melkproducten komen. Ze zijn namelijk een belangrijke bron van eiwit, calcium en B-vitamines.

In plaats van gewone melk is er ook lactosevrije melk, lactosevrije yoghurt en lactosevrije vanilleyoghurt te koop. Veel supermarkten verkopen producten van Minus-L zonder lactose. Op de website www.minusl.nl (https://www.minusl.nl) vindt u meer informatie over het assortiment en de verkrijgbaarheid van deze producten. U kunt ook sojaproducten verrijkt met calcium, vitamine B2 en vitamine B12 drinken. Op verpakking leest u of calcium, vitamine B2 en B12 zijn toegevoegd.

Voeding na de ontstekingsfase (in remissiefase)

Bent u na een ontstekingsfase weer hersteld? Dan kunt u uw voeding weer uitbreiden tot een afwisselende vezelrijke voeding. Meer hierover leest u in de paragrafen hierboven: “Algemene leefregels en voedingsadviezen bij de ziekte van Crohn en Colitis Ulcerosa” en bij “Welke voeding gebruikt u in de rustige/stabiele fase?”

Kunt u bepaalde voedingsmiddelen toch niet goed verdragen? Vermijd ze dan een tijdje en probeer ze na enkele weken nog een keer.

Gebruik van voedingssupplementen

Door de ontstekingen in uw darm kunnen tekorten ontstaan aan calcium, vitamine D, ijzer, foliumzuur, zink, magnesium en vitamine B12.

Tekorten kunnen ook ontstaan door het vermijden van voedingsmiddelen uit angst voor klachten.

Wilt u extra vitamines en mineralen gebruiken, overleg dit dan altijd met uw arts of diëtist. Aan uw bloeduitslagen kunnen zij zien waar u een tekort aan heeft. Voedingssupplementen kunnen voedingsmiddelen nooit vervangen en het principe “baat het niet dan schaadt het niet” gaat hier niet op.

Calcium en vitamine D

Een tekort aan calcium (kalk) is slecht voor uw botten en kan uiteindelijk leiden tot botontkalking.

- Zuivelproducten zijn de belangrijkste bronnen van calcium, zoals melk, yoghurt, vla, kwark en kaas.
- Gebruik enkele glazen of porties zuivel per dag om voldoende calcium binnen te krijgen.
- Gebruikt u langere tijd ontstekingsremmende medicijnen, bijvoorbeeld Prednison®? Dan raden wij u aan om een extra zuivelproduct te gebruiken. Deze medicijnen versnellen namelijk de botafbraak en remmen de bot opbouw.
- Naast deze medicijnen adviseert de arts vaak extra calcium en zo nodig vitamine D. Vitamine D zorgt ervoor dat calcium goed wordt opgenomen in het lichaam. Calcium en vitamine D worden niet (meer) vergoed, maar als de arts het aanraadt is het belangrijk deze wel te gebruiken. De Osteoporosevereniging (https://osteoporosevereniging.nl/stop-niet-met-vitamine-d-en-calcium/) vermeldt op haar website waar u op moet letten.
- Vitamine D zit vooral in vette vissoorten, zoals paling, zalm en makreel. Ook in vloeibare bak- en braadproducten (behalve olie) en smeerboters zit vitamine D.

Op www.osteoporose.nl leest u meer informatie over calcium en vitamine D.

IJzer

IJzergebrek kan leiden tot bloedarmoede en de daarbij horende vermoeidheid. IJzergebrek kan ontstaan doordat het minder goed wordt opgenomen, door bloedverlies in de ontlasting of door (ongemerkt) bloeden van zweertjes in de darm. Het is belangrijk dat u voldoende ijzer via de voeding binnen krijgt. IJzer zit bijvoorbeeld in:

- vlees(waren);
- lever(worst);
- ei;
- peulvruchten;
- gedroogd fruit;
- noten;
- volkoren brood(producten);
- aardappelen;
- (groene) groenten;
- rinse appelstroop;
- roosvicee Ferro.

Een ijzertekort is moeilijk op te heffen met alleen een ijzerrijke voeding. Meestal schrijft de arts dan ijzerpreparaten voor.

Vitamine B12

Soms is aanvulling van vitamine B12 nodig als u een ernstige ontsteking heeft in het laatste deel van de dunne darm of als u daar een operatie heeft gehad. Vitamine B12 wordt namelijk in het laatste deel van de dunne darm opgenomen. Aanvullen kan met injecties of tabletten. Uw arts bespreekt dit met u als dit nodig is.

Prebiotica

Prebiotica zijn onverteerbare koolhydraten of voedingsvezels. Prebiotica zitten in groente, fruit, volkoren graanproducten, noten en peulvruchten. Ze zijn ook als supplementen te koop en werken als voedingsvezels. Ze kunnen de darmbacteriën en de darmfunctie verbeteren.

Soms schrijft uw arts prebiotica voor als dat nodig is.

Probiotica

Probiotica zijn 'goede' bacteriën en zitten in zuivelproducten, zoals Yakult, Actimel en Vifit. Hierin zitten vooral de Lactobacillus casei Shirota bacteriën. Probiotica kunt u ook krijgen als tabletten, capsules of poeders bij de apotheek of drogist. Hierin zitten meestal meerdere bacteriestammen. Tabletten zijn minder werkzaam dan capsules of poeders.

- Het is niet aanbevolen om probiotica te gebruiken in de acute, ernstige fase van colitis. Er is in deze fase geen werkzaamheid aangetoond en er is mogelijk een verhoogde kans op een infectie.
- Het gebruik van probiotica voor langere tijd in de rustige fase remt mogelijk een opvlamming.
- Probiotica is geen geneesmiddel en is daarom zonder recept verkrijgbaar bij onder andere apotheken. Het wordt niet vergoed door uw zorgverzekeraar.

Als u wenst, kan de diëtist u hier meer informatie over geven.

Omega 3 vetzuren

Omega 3 vetzuren zitten in vette vis, zoals zalm, forel, makreel, haring, tonijn en sardientjes. Er zijn ook plantaardige bronnen van omega 3 vetzuren: groene bladgroenten, noten, zaden, algen, raapzaadolie, koolzaadolie, lijnzaadolie, walnootolie, olijfolie en sesamolie. Visoliecapsules of omega 3 vetzuren zijn verkrijgbaar bij drogist en apotheek.

In de meeste studies naar het effect van visolie bij de ziekte van Crohn is de conclusie dat er onvoldoende wetenschappelijk bewijs is om dit aan te bevelen. Bij Colitis ulcerosa zijn er kleine aanwijzingen dat het gebruik van omega 3 vetzuren uit vette vis bijdraagt aan een lager prednisongebruik. Overleg met uw arts of diëtist of dit voor u geschikt is.

Kruidensupplementen

Er zijn veel kruidensupplementen waarvan wordt beweerd dat ze IBD kunnen genezen of ontstekingsremmend werken. Naar veel van deze supplementen wordt nog onderzoek gedaan en er is geen bewijs of en hoe ze werken.

Vooralsnog worden kruidensupplementen niet aanbevolen.

Specifieke diëten

Tot nu toe is er nog een enkel dieet bekend dat IBD kan voorkomen of genezen. Het is moeilijk te bewijzen dat een bepaald specifiek of alternatief dieet goed of niet goed is bij de behandeling van IBD. Wilt u toch een dieet volgen dat sterk afwijkt van de adviezen voor gezonde voeding, bespreek dit dan in ieder geval met uw arts en zoek begeleiding van een diëtist**.**

Crohns Disease Exclusion Diet (CDED)

Voor kinderen en jong volwassenen is er bewijs dat het volgen van het Crohn's Disease Exclusion Diet (CDED) kan helpen om de ontsteking te verminderen. Voor volwassenen lijken er ook steeds meer bewijzen te komen dat dit dieet gunstig is. Maar dit is een zeer intensief dieet waarbij veel voedingsmiddelen niet meer mogen en waarbij een aanvullend dieetpreparaat noodzakelijk is. Hierbij is zeer veel voorbereiding, inzet, zelfstandigheid en doorzettingsvermogen nodig. CDED wordt dan ook alleen op indicatie van een arts en onder begeleiding van een diëtist uitgevoerd.

Doorverwezen naar een diëtist buiten het ziekenhuis

Wanneer u (langere tijd) geen ontstekingen heeft, dus de ziekte bij u rustig is, verwijzen we u door naar een diëtist buiten het ziekenhuis.

Hieronder vindt u de namen van diëtisten in de regio 's-Hertogenbosch die geschoold zijn in voeding bij IBD. Deze lijst is geen aanbeveling vanuit het Jeroen Bosch Ziekenhuis. De keuze is geheel aan u; natuurlijk kunt u ook kiezen voor een andere praktijk met vergelijkbare kennis en ervaring.

- **Beleef gezonder***: Berlicum, Den Dungen, Vinkel, Lith, Geffen, Nuland
  - kirsten@beleefgezonder.nl 06 24 65 93 78
  - lisa@beleefgezonder.nl 06 21 40 11 03
- **Diëtistenpraktijk Van Mensvoort**: Boxtel, Liempde
  - info@dietistenpraktijkboxtel.nl 06 43 52 27 68
- **Ellen Kant Voeding en Leefstijl**: Vlijmen, Drunen, Nieuwkuijk, 's-Hertogenbosch (Maaspoort, Engelen), Sint Michielsgestel, Uden
  - info@voedingsadviesvlijmen.nl 06 44 62 47 81
- **Fit for foodies**: Drunen, Vlijmen, Heusden
  - info@fitforfoodies.nl (0416) 37 71 93
- **Voeding voor jou***: 's-Hertogenbosch, Vlijmen
  - info@crohncolitisdietist.nl 06 21 91 90 13
- **Voeding-Wijzer***: Zaltbommel
  - info2@voeding-wijzer.nl 06 49 08 46 21

doet ook coeliakie

Vergoeding

In de basisverzekering is een vergoeding tot maximaal 3 uur per kalenderjaar opgenomen voor diëtetiek. Deze vergoeding telt mee in uw eigen risico. Daarnaast hebben veel zorgverzekeraars nog een extra vergoeding in de aanvullende verzekering. Raadpleeg hiervoor uw poliswaarden. Let op: dit geldt alleen als er een contract is afgesloten tussen de desbetreffende diëtistenpraktijk en de zorgverzekeraar. Als er geen contract is, kunnen de kosten hoger zijn.

Merknamen

In deze informatie staan sommige voedingsmiddelen met merknaam genoemd. Dit is alleen om de herkenbaarheid te vergroten. U mag natuurlijk ook soortgelijke producten van andere merken gebruiken.

Vragen

Heeft u nog vragen? Neemt u dan contact op met het secretariaat van de afdeling Diëtetiek, telefoonnummer (073) 553 20 19. Zij kunnen zo nodig een afspraak met u maken voor een gesprek met de diëtist.

Heeft u tijdens uw opname al een diëtist gesproken? Geeft u dan als u belt uw naam, geboortedatum en telefoonnummer door. De diëtist waar u al eerder mee gesproken heeft, belt u dan zo snel mogelijk terug.

Praktische tips

MijnJBZ

Via MijnJBZ (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/mijnjbz) kunt u zelf een deel van uw persoonlijke en medische gegevens inzien die in het JBZ over u bekend zijn. Dit is mogelijk door in te loggen via mijnjbz.nl of via de MijnJBZ-app: HiX Patiënt (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/mijnjbz/meer-informatie-over-mijnjbz/mijnjbz-app-hix-patient).

Gegevens delen

Wilt u dat zorgverleners buiten het Jeroen Bosch Ziekenhuis uw medische gegevens kunnen inzien? Dan moet u het JBZ toestemming geven (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/gegevens-delen) om uw gegevens beschikbaar te stellen.

Bekijk uw zorgverzekering

Controleer zelf vóór een afspraak in het JBZ of uw zorg wordt vergoed:

- Bekijk hier (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/tarieven) met welke zorgverzekeraars het JBZ een contract heeft.
- Het hangt ook af van uw polis of uw zorgverzekeraar alle zorg volledig vergoedt.
- Onze zorg valt voor volwassenen onder het wettelijk eigen risico. Dit betekent dat u ieder jaar eerst een bedrag zelf moet betalen, voordat uw zorgverzekeraar kosten gaat vergoeden.

Opleidingsziekenhuis

In het JBZ leiden we verpleegkundigen, coassistenten, artsen en andere zorgverleners op. Dit betekent dat bij uw afspraak soms meerdere zorgverleners aanwezig zijn. En het kan zijn dat u onderzocht of behandeld wordt door een zorgverlener in opleiding (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/opleidingsziekenhuis-met-wie-heeft-u-een-afspraak). Deze zorgverlener werkt altijd onder supervisie van een gekwalificeerde zorgverlener.

Betrokken afdelingen

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

Maag-, Darm- en Leverziekten (MDL)
(https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/maag-darm-en-leverziekten-mdl)

IBD Expertisecentrum (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/ibd-expertisecentrum-0)

Meer informatie

Crohn en Colitis NL (https://www.crohn-colitis.nl/)
Crohn en colitis NL is de patiëntenvereniging voor patiënten met de ziekte van Crohn of Colitis ulcerosa. Goede informatie over de ziekte van Crohn en Colitis ulcerosa en voeding kunt u lezen in het patiëntenblad “Crohniek”, en in de brochure Voedingstips en adviezen bij IBD, te vinden op de website.

Maag Lever Darm Stichting (https://www.mlds.nl/)
De Maag Lever Darm Stichting zet zich in voor de bestrijding van ziekten van het hele spijsverteringskanaal. Zij geven onder andere voorlichting en steun aan patiënten. U vindt er ook informatie over voeding bij IBD.

Zorg bij de ziekte van Crohn en colitis ulcerosa (IBD)
(https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/maag-darm-en-leverziekten-mdl/zorg-bij-de-ziekte-van-crohn-en-colitis-ulcerosa-ibd)

Code DIE-027

Copyright 2026 Jeroen Bosch Ziekenhuis