

CDED dieet bij de ziekte van Crohn

Maag-Darm-Levercentrum



Beter voor elkaar

Inleiding

Het Crohn's disease exclusie dieet (CDED) kan de darmen bij de ziekte van Crohn tot rust brengen. Bij ongeveer de helft van de patiënten blijkt dit dieet goed te werken als behandeling bij opvlammingen.

Het CDED-dieet is een nieuw dieet en kan in plaats van het EEN-dieet gebruikt kan worden. Bij het EEN-dieet (Exclusive Enteral Nutrition) bestaat het dieet uit alleen flesjes drinkvoeding of uit volledige sondevoeding.

Het CDED-dieet

Het CDED-dieet is een eetplan waarbij je naast de speciale drinkvoeding bepaalde voedingsmiddelen mag eten. Maar er zijn ook dingen die je beter niet kunt eten of drinken:

Wat mag niet?

- Eten met veel dierlijk vet, taurine, gluten, onoplosbare vezels, gist of alcohol.
- Bewerkt eten met toevoegingen zoals emulgatoren, maltodextrine, carrageen (E407) en titaandioxide (E171).

Wat mag wel?

- Onbewerkt eten zoals verse groente en fruit.

Doel van het dieet:

Het dieet helpt je darmen tot rust te komen. Dit zorgt ervoor dat ontstekingen kunnen genezen. Door minder schadelijk of irriterend voedsel te eten, verbetert de balans van bacteriën in je darmen en verminderen je klachten.

Fases dieet

Het CDED–dieet bestaat uit drie fasen:

Fase 1 (6 weken):

- Gedurende deze fase eet je volgens een strikte lijst van toegestane en verboden voedingsmiddelen.
- De helft van de benodigde voedingsstoffen, zoals energie en eiwit, komt uit speciale drinkvoeding.

Fase 2 (6 weken):

- In deze fase mag je meer soorten voeding toevoegen aan je dieet.
- Het gebruik van drinkvoeding wordt afgebouwd tot ongeveer een kwart van de benodigde energie en eiwit.

Fase 3 (Onderhoudsfase):

- Dit is de laatste fase, waarbij je dieet verder wordt uitgebreid.
- Er worden “dieetvrije” dagen toegevoegd, en het doel is dat dit dieet een langetermijnlevensstijl wordt om toekomstige opvlammingen van de ziekte te voorkomen.

Praktijklocaties

Foodcare

M: 06 – 36 01 51 31

E: info@food-care.nl

W: www.food-care.nl – Telefonische consulten – Praktijk in Leeuwarden!

Online begeleiding

Vitalarium

M: 06 – 81 73 44 74

E: vitalarium@hotmail.com

W: www.dietist-vitalarium.nl – Rotterdam (Alexander/ Oosterflank)

NutriFit

M: 06 – 40 68 38 04

E: info@nutrifit.nl

W: www.nutrifit.nl – Vlaardingen (Holy) – Klaaswaal (Hoeksche Waard) – Schiedam (Noord)

ProVie-and

M: 06 – 12 45 51 01

E: info@provie-and.nl

W: www.provie-and.nl/welkom – Achthuizen – Ooltgensplaat – Dirksland – Goedereede – Stad aan 't Haringvliet – Nieuwe Tonge

FoodChoice

T: 010 – 20 25 846

M: 06 – 29 37 57 76

E: info@foodchoice.nl

W: www.foodchoice.nl – Rotterdam (Kralingen Crooswijk) – Capelle a/d IJssel – Krimpen a/d IJssel

Food 4 Life

T: 0181 – 64 43 02

E: info@dietistenpraktijkfood4life.nl

W: www.dietistenpraktijkfood4life.nl – Hellevoetsluis – Rozenburg

– Spijkenisse



Let op: In deze folder staat informatie die belangrijk is voor u. Heeft u moeite met de Nederlandse taal? Lees deze folder dan samen met iemand die de informatie voor u vertaalt of uitlegt.

Please note: This leaflet contains information that is important for you. If you have trouble understanding the Dutch language, you should read this leaflet together with someone who can explain the information or translate it for you.

Dikkat: Bu broşür sizin için önemli bilgiler içerir. Hollandaca okumakta zorlanıyor musunuz? O zaman broşürü bilgileri sizin için çeviren ya da açıklayan biriyle okuyun.

Uwaga: Ta ulotka zawiera ważne dla Ciebie informacje. Masz trudności ze zrozumieniem języka holenderskiego? Przeczytaj tę ulotkę razem z kimś, kto przetłumaczy jej treść lub będzie w stanie wyjaśnić zawarte w niej informacje.

انتبه: هناك معلومات مهمة بالنسبة لك في هذا المنشور. هل تواجه صعوبة في اللغة الهولندية؟ اقرأ إذن هذا المنشور مع شخص آخر يترجم أو يشرح لك المعلومات.