



## Energiebeperkt dieet 2 weken voor de maagverkleining

Voorafgaand aan de ingreep start je met een energiebeperkt dieet. Dit dieet heeft als doel om je lever te laten krimpen, zo wordt de maag beter zichtbaar en kan het medische team er makkelijker bij.

Je kunt hiermee starten twee weken voor de operatie. Als je wordt gebeld door de afdeling operatieplanning met jouw operatiedatum, hoor je ook wanneer je precies moet starten. Op het moment dat je start met het dieet, start je ook met de multivitaminen ter voorbereiding op de operatie.

Dit dieet bevat 3 maaltijdvervangers per dag (Modifast Intensive Milkshake). 1 zakje kan aangelengd worden met 250 ml water.

Naast de maaltijdvervangers mag je ook andere voeding eten. Wat dat precies is, zie je hieronder weergegeven. Het is belangrijk dat je je goed aan het dieet houdt.



### Onbeperkt kun je gebruiken:

- ⊗ Water
- ⊗ Thee en/of koffie (zonder melk en suiker)
- ⊗ Suikervrije, calorie-arme dranken (bijvoorbeeld Crystal Clear)
- ⊗ Rauwkost zoals tomaat, komkommer, wortels, radijs en paprika



### Informatie voor patiënten met suikerziekte

We adviseren de bloedsuikerwaarde 4x per dag te controleren en te noteren, je kunt met je diabetesverpleegkundige of arts overleggen over het eventueel aanpassen van jouw insulinegebruik.

<b>Ontbijt:</b>	1 shake Modifast Intensive Milkshake
<b>In de loop van de ochtend:</b>	1 stuk fruit
<b>Lunch:</b>	1 shake Modifast Intensive Milkshake
<b>In de loop van de middag:</b>	1 cracker met halvarine en mager hartig beleg (bijvoorbeeld kipfilet, 20+ kaas, rookvlees, achterham)
<b>Avondeten:</b>	1 shake Modifast Intensive Milkshake 1 kom heldere groentesoep 200 gram verse groente of rauwkost zonder saus
<b>In de loop van de avond:</b>	1 schaaltje magere kwark naturel of skyr naturel

Telefoon: 020 – 51 08 040  
E-mail: [obesitaspoli@olvg.nl](mailto:obesitaspoli@olvg.nl)

