nieuws

Ziekenhuiskost maakt ziek

nieuws

De maaltijden in onze ziekenhuizen zijn niet veel soeps en vertalen zich meteen in een slechtere gezondheid. Het VTM-programma ‘Ze zeggen dat’ schetst een vernietigend beeld van de verwaarlozing van voeding in onze gezondheidszorg. Nochtans kan het anders.

14 OKTOBER 2021 – LAATST BIJGEWERKT OM 22 OKTOBER 2021 9:44

Lees meer over:
gezondheid
voedsel



1,5 kilo magerder

Het VTM-programma deed een nulmeting bij 19 panelleden, de ene helft kreeg vers bereide maaltijden, de andere helft kreeg ziekenhuiskost. De tien proefpersonen op het ziekenhuisdieet hadden na twee weken al last van verminderde eetlust en lusteloosheid. Zelfs presentatrice en proefkonijn Dina Tersago werd er humeurig en lastig van.
Labotesten toonden geen verschillen in hun cholesterolwaarden. Gemiddeld waren ze echter 1,5 kilo afgevallen, en niet op een gezonde manier: ze waren één kilo spiermassa kwijt, terwijl hun vetmassa soms was toegenomen. Hun ijzerwaarden waren dramatisch gedaald. Waren ze zes weken ziekenhuiskost blijven eten, dan had dat al tot bloedarmoede kunnen leiden.
"Dit is choquerend", reageert Bart Geurden in Het Laatste Nieuws. Hij doet onderzoek naar voeding in de gezondheidszorg aan de Universiteit Antwerpen. "Hier blijkt dat voeding met te weinig juiste eiwitten spontaan leidt tot spierafbraak bij gezonde proefpersonen. Bij zieken zijn de gevolgen nog groter. Als je van een operatie moet herstellen, heeft je lichaam meer vitamines, eiwitten en ijzer nodig. Uit studies weten we dat patiënten die verse maaltijden krijgen ook minder last hebben van infecties."

> **“Uit onze metingen bij 65-plussers bleek dat 51% al een voedingsprobleem had bij opname, maar driekwart ging er in het ziekenhuis nog verder op achteruit**
>
> Bart Geurden - UAntwerpen



Sodexo en co

De meeste ziekenhuizen hebben de catering uit besparingsoverwegingen uitbesteed aan de Sodexo's van deze wereld, hekelt Geurden. "Ik ben verpleegkundige van basisopleiding. Toen ik zo'n 40 jaar geleden stage liep, konden wij voor een patiënt die honger had nog een ei bakken en wat brood vinden. Nu kan men niets meer vragen. Gevolg: 30 tot 40 procent van de patiënten in Belgische ziekenhuizen is ondervoed. Uit onze metingen bij 65-plussers bleek dat 51 procent al een voedingsprobleem had bij opname, maar driekwart ging er in het ziekenhuis nog verder op achteruit."

Eerder kloeg UGent-professor Gijs Du Lalaing aan dat de voeding in rusthuizen zorgde voor tekorten aan micro-nutriënten zoals zink en selenium, die voor ons immuunsysteem essentieel zijn om infecties als COVID-19 te kunnen bestrijden. Ook Bart Geurden beaamt dat: “In rusthuizen is 50 tot 60 procent van de bewoners ondervoed. Diëtisten moeten dan maar voedingsproblemen oplossen die vanuit de keuken georganiseerd worden. En zij grijpen nogal snel naar de eiwitrijke drankjes die de industrie hen aanreikt. Maar patiënten vinden het niet lekker. Mijn eigen vader kapte die achter de rug van de verpleging weg in het toilet."

Het kan anders

Dat het ook anders kan, bewijst het AZ Zeno, met ziekenhuizen in Knokke-Heist, Blankenberge en Maldegem. Cateringmanager Pieter De Smet zorgt er voor 100 procent verse voeding, met hetzelfde budget als andere ziekenhuizen. De sleutel ligt bij creativiteit. “We gooien niets in de vuilnisbak. Zelfs het loof van onze venkel gaat niet verloren: daar maken we pesto van. Die mengen wij bijvoorbeeld tussen de rijst: zo voeg je extra energie en antioxidanten toe, terwijl de rijst kleverig wordt - en dus makkelijker te eten voor een patiënt op geriatrie die last krijgt van bibberen", zegt hij in Het Laatste Nieuws.

Bron: HLN

Beeld: Astrid Rawijs voor BioForum

VILT vzw

Bd Simon Bolivar 17
1000 Bruxelles

Contact

M • info@vilt.be

Volg ons op:

screenreader.visit us on our facebook page: https://www.facebook.com/vilt.nieuws/
screenreader.visit us on our linkedin page: https://www.linkedin.com/company/vilt-vzw/
screenreader.visit us on our instagram page: https://www.instagram.com/vilt.nieuws
screenreader.visit us on our x page: https://x.com/vilt_nieuws
screenreader.visit us on our bluesky page: https://bsky.app/profile/viltnieuws.bsky.social

---

© 2026 VILT vzw, all rights reserved |
Privacy policy
Copyright
Cookie Policy
Cookie instellingen aanpassen

Crafted by Brigada