
Centrum voor gezonde voeding en diëtiëk

Ingang 50, route 501

T +32 (0)9 332 21 71

E infodieet@uzgent.be

www.uzgent.be/centrum-voor-gezonde-voeding-en-dietiek

Deze brochure werd enkel ontwikkeld voor gebruik binnen het UZ Gent.
Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van het UZ Gent.

Universitair Ziekenhuis Gent

C. Heymanslaan 10 | B 9000 Gent

T +32 (0)9 332 21 11 | E info@uzgent.be

www.uzgent.be

LAATAVONDSNACK BIJ LEVERCIRROSE



LAATAVONDSNACK BIJ LEVERCIRROSE

Levercirrose vraagt extra energie van het lichaam. Die energie wordt voornamelijk geleverd door koolhydraten uit onze voeding. Daarom eet je laat op de avond best nog een koolhydraatrijke snack.

Koolhydraten worden in ons lichaam omgezet naar glucose, een belangrijke energiebron. Bij gevorderde levercirrose kan de lever nog maar een beperkte hoeveelheid glucose opslaan. Daardoor raakt de opgeslagen energie sneller op. Als dat gebeurt, zal het lichaam spiermassa afbreken om als energiebron te gebruiken. **Door een snack te eten voor je gaat slapen en meteen te ontbijten nadat je opstaat, voorkom je dat er een tekort aan glucose ontstaat.**

Kies als laatavondsnaak voor:

- ▲ Een boterham, toast, beschuit... met kaas, vleeswaren of zoet beleg.
- ▲ Een schaaltje yoghurt met muesli en/of fruit.
- ▲ Een kom cornflakes of havermout met melk.
- ▲ Een potje pudding, rijstpap of of karnemelkpap.
- ▲ Een glas (chocolade)melk, yoghurtdrink of karnemelk.
- ▲ Een portie fruit.
- ▲ Een (vezelrijke) koek of snoepreep (type Mars®, Twix®, Leo®...).
- ▲ Een flesje bijvoeding (bespreek met je diëtist of bijvoeding voor jou aanbevolen is, en zo ja, welke soort).

Tijdens je opname krijg je dagelijks een koek of snoepreep. Spaar die en eet die op voor het slapengaan. Heb je liever iets anders, dan kan je dat doorgeven aan de maaltijdbevraging.



Meer info? Zie brochure 'Voedingsadvies bij levercirrose'.
