



NUTRITIONAL ASSESSMENT POLIKLINIEK

U heeft binnenkort een afspraak bij ons. De afspraak is op de nutritional assessment polikliniek (NAP). In deze folder vertellen wij meer over de onderzoeken en hoe u zich hiervoor kan voorbereiden.

Wij doen verschillende onderzoeken. Wij kijken naar uw voedingstoestand. De voedingstoestand zegt iets over hoe gezond uw lichaam is. Na de onderzoeken krijgt u van uw eigen diëtist advies over uw voeding.

Over nutritional assessment

U komt naar de polikliniek Diëtetiek voor onderzoeken. Een diëtist doet de onderzoeken. Dit kan een andere diëtist zijn dan uw eigen diëtist.

U krijgt 3 onderzoeken:

- Handknijpkracht meting: de diëtist meet hoe sterk u kunt knijpen met uw hand;
- Meting van de lichaamssamenstelling (bio-impedantieanalyse): de diëtist meet hoeveel vet en spieren u heeft;
- Indirecte calorimetrie: de diëtist meet hoeveel energie uw lichaam verbruikt.

U krijgt meestal 3 onderzoeken. De diëtist vertelt u welke onderzoeken u krijgt. De afspraak duurt ongeveer 1 uur.

Vorbereiding

U heeft een afspraak in het ziekenhuis. Meld u 15 minuten voor de afspraak bij de balie. Hierna neemt u plaats in de wachtkamer. Het is belangrijk dat u rustig blijft zitten en uw afspraak goed voorbereid:

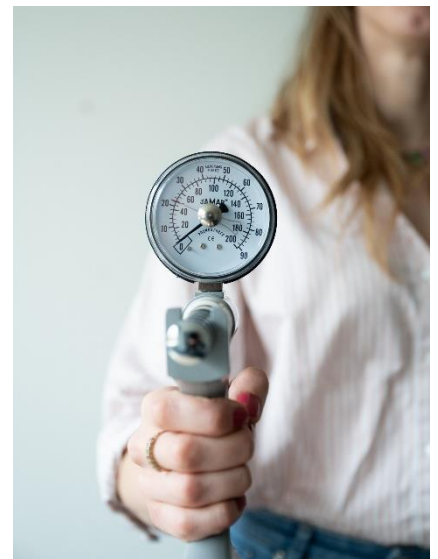
- Ga naar de WC voor uw afspraak;
- Eet en drink niks vanaf 5 uur voor het onderzoek. **Water mag wel tot een half uur** voor het onderzoek;
- Sport niet 24 uur voor het onderzoek;
- Laat sieraden thuis;
- Maak uw zakken leeg;
- Smeer geen crème op uw handen en voeten;
- Trek makkelijke schoenen en sokken aan;
- Draag geen panty of steunkousen;
- Neem een dekentje mee als u het snel koud hebt.

Handknijpkracht meting

Wij gaan uw armkracht meten. Wij kijken hoe hard u kunt knijpen. Dit laat zien hoe sterk uw spieren zijn. Wij vergelijken uw kracht met mensen van uw leeftijd. Uw leeftijd en geslacht hebben invloed op hoe hard u kan knijpen. Ook andere zaken, bijvoorbeeld of u een ziekte heeft, hebben hier invloed op.

Hoe ziet de meting eruit?

1. U gaat zitten op een stoel of bank.
2. U knijpt een korte tijd zo hard mogelijk in een apparaat.
3. Deze meting doen wij drie keer per hand.



Meting lichaamssamentelling

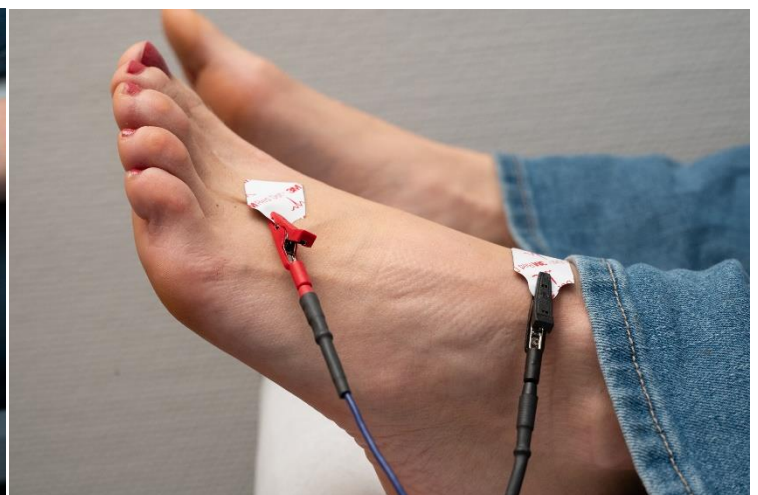
Wij meten hoe uw lichaam is opgebouwd. Dit doen wij met een speciaal apparaat. Hierbij kijken wij hoeveel vetvrije massa en vetmassa uw lichaam heeft. Vetvrije massa is alles in uw lichaam wat geen vetmassa is. Denk aan bloed, botten en de spieren. De meting laat zien hiermee zien hoeveel spieren u heeft en of u meer spieren krijgt. Daarnaast zegt de meting ook iets over de conditie van uw lichaam.

Wij meten de elektrische weerstand van uw lichaam. Hiermee meten wij hoe goed stroom door uw lichaam gaat. Wij plakken 2 stickers op uw hand en 2 stickers op uw voet. Er gaat een lichte stroom door uw lichaam. U voelt hier niks van.

Het onderzoek:

1. U neemt liggend plaats op de onderzoeksbank met kleding. Uw sokken en schoenen gaan uit.
2. Wij laten u 5-10 minuten liggen op de onderzoeksbank.
3. Hierna plaatsen we 2 plakkertjes (elektroden) op uw rechterhand en 2 plakkertjes op uw rechervoet.
4. Wij koppelen het apparaat aan op de plakkertjes.
5. Wij vragen of u zo stil mogelijk wil blijven liggen en niet wil praten. De diëtist start de meting.
6. De meting is na maximaal 20 seconden voltooid.
7. Na het onderzoek mag u uw sokken en schoenen weer aandoen.

Let op: heeft u een pacemaker of neurostimulator? Dan mogen wij dit onderzoek niet bij u uitvoeren.



Indirecte calorimetrie

Wij gaan meten hoeveel energie uw lichaam verbruikt. Dit doen wij door te kijken naar uw adem. De diëtist gebruikt deze informatie om te bepalen hoeveel calorieën u nodig heeft.

Het onderzoek:

1. U gaat liggen op een bank. U mag zelf een deken meenemen als u het snel koud hebt;
2. De diëtist zet een doorzichtige kap (de canopy) over uw hoofd. U krijgt genoeg zuurstof door een slang. U kunt alles nog zien en horen;
3. U krijgt een plastic zeil om uw lichaam heen;
4. De diëtist start de meting. Tijdens de meting moet u stil blijven liggen. U mag niet praten of slapen. De diëtist maakt u wakker als u toch in slaap valt.
5. De test duurt ongeveer 20 minuten.

Let op: Vertel het als u last heeft hebt van claustrofobie of benauwdheid. U mag dit onderzoek niet doen als u gebruik maakt van een zuurstof tank.



De uitslag

U krijgt de uitslagen van de onderzoeken tijdens een volgende afspraak met uw behandelend diëtist.

Vragen?

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen? Dan kunt u op werkdagen contact opnemen met de medewerkers van de afdeling Diëtetiek.

- Franciscus Gasthuis, Rotterdam

Bereikbaar van maandag tot en met vrijdag 010 – 461 6547
(telefonisch spreekuur: 9.00 – 10.00 uur en 13.30 – 14.00 uur)
of dietetiekgasthuis@franciscus.nl

- Franciscus Vlietland, Schiedam

Bereikbaar van maandag tot en met vrijdag 010 - 893 1710
(telefonisch spreekuur: 9.00 – 10.00 uur en 13.00 – 13.30 uur)
of dietetiek.vlz@franciscus.nl