

Koolhydraatarm dieet bij FDG PET-CT scan

Ter voorbereiding op het PET-CT-onderzoek moet u een koolhydraatarm dieet volgen. Deze specifieke voorbereiding zorgt ervoor dat uw hart beter te beoordelen is. Het koolhydraatarm dieet start 24 uur voor het PET/CT-onderzoek. Tevens moet u 12 uur voor het onderzoek nuchter zijn. Als u diabetes (suikerziekte) heeft moet u 6 uur van te voren nuchter zijn.

Het is belangrijk dat u alleen de voedingsmiddelen gebruikt die in deze brief beschreven staan. Wanneer u hier van afwijkt kan het onderzoek mogelijk niet door gaan. Als u diabetes heeft wordt u verzocht contact op te nemen met de afdeling nucleaire geneeskunde.

Patiënten met suikerziekte let op: uw suikerspiegels kunnen dalen door het koolhydraatarm dieet.

Op de dag van het PET/CT-onderzoek moet u zich aan de volgende regels houden:

- 12 uur voor het onderzoek moet u nuchter zijn, dat wil zeggen niet eten en drinken. U mag wel water drinken. Patiënten met suikerziekte moeten 6 uur nuchter zijn.
- Wanneer u sondevoeding gebruikt, vragen wij u deze minimaal 24 uur voor het onderzoek te staken.
- U kunt uw medicijnen blijven gebruiken.
- U mag 24 uur voor het onderzoek geen lichamelijke zware activiteiten meer uitvoeren.
- Binnen 2 uur voor het onderzoek moet u een liter water gedronken hebben.

Toegestane voedingsmiddelen 24 uur voor PET/CT-onderzoek:

- Heldere soep zonder vermicelli, rijst, noedels of ander bindmiddel.
- Ongepaneerd vlees en gevogelte
- Ongepaneerde vis, schaal en schelpdieren
- Eieren
- Alle soorten kaas, behalve geitenkaas
- Vleeswaren (geen worst)

- Boter, olie, margarine
- Groentes met weinig koolhydraten zoals: Broccoli, witlof, courgette, champignons, paprika, radijs, ui, venkel, asperges, bladgroentes en alle koolsoorten (zonder saus of bindmiddel) eventueel met klontje boter
- Rauwkost alle soorten (zonder saus, eventueel met dressing van olie/azijn)

Toegestane dranken 24 uur voor PET/CT-onderzoek:

- Water
- Heldere drinkbouillon
- Suikervrije frisdranken (cola light, sinas light, etc.)
- Suikervrije limonade
- Let op: veel suikervrije frisdranken bevatten vaak nog wel koolhydraten en zijn dus niet toegestaan. Of uw frisdrank koolhydraten bevat kunt u nagaan op het etiket (zie het voorbeeld hieronder). Het product is toegestaan als het aantal koolhydraten 0 is.

Voedingswaarde per 100 ml

| | |
|-----------------|---------------|
| Energie | 76kJ/ 18 kcal |
| Eiwitten | 0,1 g |
| Koolhydraten | 4,1 g |
| waarvan suikers | 4,0 g |
| Vetten | 0 g |
| verzadigd vet | - |
| Voedingsvezels | 0 g |
| Natrium | 0,002 g |

Dit voorbeeld bevat koolhydraten (4,1 g per 100 ml) en is dus niet toegestaan.

Niet toegestane voedingsmiddelen 24 uur voor PET/CT-onderzoek:

- Fruit
- Producten die zetmeel bevatten zoals brood, rijst, pasta, aardappelen, noedels, peulvruchten
- Producten die suiker bevatten zoals taart, cake, snoep, chocola, kauwgum, pepermint
- Noten, pinda's, pindakaas
- Suiker, honing, stroop, siroop
- Alle soorten toetjes en ijs
- Alle soorten yoghurt

Niet toegestane dranken 24 uur voor PET/CT-onderzoek:

- Suikerhoudende frisdranken, energydranken, sportdranken, vruchtensappen of oploskoffie.
- Melkproducten, sojadrink, amandeldrink, haverdrink, rijstdrink enz. (wel kaas, uitgezonderd geitenkaas)
- Alcoholische dranken

Daarnaast zijn er veel producten te koop (bijvoorbeeld in supermarkt of reformwinkel) welke aangeven koolhydraatarm te zijn of vermelden te passen in een "koolhydraatarmdieet". Deze producten zijn niet vrij van koolhydraten en dus ook niet toegestaan!

Voorbeeld van een dagmenu

Ontbijt

Gekookt ei
1 of meerder plakken kaas en/of vleeswaren (bijv. ham, rookvlees etc.)
Koffie of thee zonder suiker en/of melk
Water

In de loop van de morgen

Glas light frisdrank
Koffie of thee zonder suiker en/of melk
Water

Lunch

Gebakken ei
1 of meerder plakken kaas en/of vleeswaren (bijv. ham, rookvlees etc.)
Koffie of thee zonder suiker en/of melk
Light vruchtensap
Water

In de loop van de middag

Glas light frisdrank
Koffie of thee zonder suiker en/of melk
Water

Warme maaltijd

Stukje ongepaneerd vlees of vis
Portie gekookte groente en/of rauwkost
Light frisdrank
water

's Avonds

Glas light frisdrank
koffie of thee zonder suiker en/of melk
Blokje kaas, plakje vleeswaren (geen worst)

Hoewel deze regels erg onvriendelijk lijken, is een goede voorbereiding erg belangrijk. Als de voorbereiding niet volgens de voorschriften verloopt, is het onderzoek niet goed te beoordelen.

Vragen

Als u nog vragen heeft over het onderzoek kunt u contact met ons opnemen van maandag t/m vrijdag tussen 8:30 - 12:00 uur en 14:30 -16:00, telefoon (020) 444 4200.

Voor medische vragen moet u contact opnemen met uw behandelend arts.