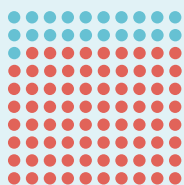


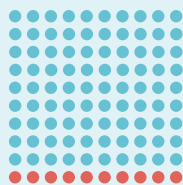
Voedingsadvies bij PDS is maatwerk

Het belang van de diëtist bij PDS



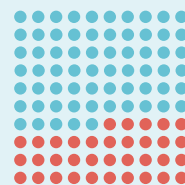
79%

Van de patiënten ziet voeding als mogelijk verergerende oorzaak bij PDS¹



5-10%

Van de wereldbevolking heeft te maken met PDS²



35%

Vindt het moeilijk om een gesprek over darmklachten aan te gaan³

Check!

Oriënterende vragen die de huisarts kan stellen om risico op onevenwichtig voedingspatroon te schatten⁴:

1. Hebben de PDS-klachten volgens u een relatie met bepaalde voedingsmiddelen?
2. Vermijdt u om die reden bepaalde voedingsmiddelen en zo ja, welke?
3. Eet u op regelmatige tijden?

Voedingsadvies ondersteunt de algehele gezondheid

1.5

PDS-patiënten verzuimen
1.5 dag per maand meer
dan niet PDS-patiënten

De diëtist vult de **medische behandeling** aan:

motiverende gesprekstechnieken
verwachtingen die **haalbaar** zijn
voedingsadvies op maat/ praktische voedingsadviezen die
passen bij de leefsituatie van de patiënt
verandering voedingsgedrag (van weten naar implementeren)
waarborgen van **adequate voedingsinname**

1 op 10

mensen met PDS kan
niet werken door klachten

Op www.artsenwijzerdietetiek.nl vind je informatie over de bijdrage van voeding en diëtetiek aan de behandeling PDS⁵. In de artsenvijzer wordt duidelijk wanneer zelfmanagement voldoende is, wanneer de huisarts de patiënten kan begeleiden en wanneer verwijzing naar een diëtist noodzakelijk is.



Werkwijze diëtist

De diëtist helpt bij PDS:

1. Gezonde voeding* en leefstijladviezen
2. Elimineren van/ onderzoeken van persoonlijke triggers
3. Eventueel het laag-FODMAP dieet

* Bewaken van een goede voedingstoestand



Referenties

1. PDSB/CBO. Rapportage Reduce PDS Pilot project. Rotterdam : Blauw Research bv, 2016. 2. Oka P, Parr H, Barberio B, Black CJ, Savarino EV, Ford AC. Global prevalence of irritable bowel syndrome according to Rome III or IV criteria: a systematic review and meta-analysis. *Lancet Gastroenterol Hepatol.* 2020 Oct;5(10):908-917. 3. Netwerk Diëtisten MDL en de Nederlandse Vereniging van Maag-Darm-Leverartsen NVMdL. (2018). PRIKKELBARE DARM SYNDROOM EN VOEDING. Amersfoort : Maag Lever Darm stichting. 4. van der Horst, H., de Wit, N., Quartero, A., Muris, J., Berger, M., Bijkerk, R., . . . Woutersen-Koch, H. (2012, mei 3). NHG-Standaard Prikkeldarmsyndroom (PDS) (eerste zitting)/Diëtisten MDL en NKD. (2017, September). 5. <https://www.artsenwijzerdietetiek.nl/maag-darm-en-leverziekten/prikkelbaar-darmsyndroom-pds-irritable-bowel-syndroom-ibs-nieuw>

Nederlandse
Vereniging van

Diëtisten



NETWERK DIËTISTEN MDL
MAAG DARM EN LEVERZIEKTEN