



## Omschrijving

**Smaak- en reukverandering** is te wijten aan uw ziekte en/of uw behandeling. Geuren kunnen intenser worden en wat u eet kan plots anders smaken, terwijl u het op dezelfde manier hebt klaargemaakt. Het eten smaakt meer/minder zoet, bitter, zuur, zout of zelfs flauw.

Na de behandeling zal het lichaam zich geleidelijk aan herstellen en kan de smaak- en reukverandering terug verdwijnen.

## Aanbevelingen

- Poets 2 à 3 maal per dag uw tanden. Dit na elke maaltijd en voor het slapen. Gebruik een zachte tandenborstel en een fluorhoudende tandpasta. Vraag raad aan uw arts of verpleegkundige.
- Spoel de mond eventueel met niet-irriterende mondspoeling (mondspoeling koud bewaren). Vraag raad aan uw arts of verpleegkundige.
- Reinig uw gebitsprothese na elke maaltijd en haal ze uit gedurende de nacht. Bewaar droog en reinig opnieuw voor u ze in uw mond plaatst.
- Probeer te weten te komen welke voedingsmiddelen uw voorkeur krijgen.
- Experimenteer met voedingsmiddelen en kruiden, ook als u die voordien niet lustte.

- Varieer voldoende uw voeding.
- Drink 1,5 tot 2 liter per dag en geef de voorkeur aan fris-zure dranken bv. water met toevoeging van citroen.
- Gebruik pepermuntjes om de slechte smaak in uw mond weg te krijgen.
- Zoek afleiding tijdens de maaltijdmomenten zoals televisie kijken, de krant lezen ...
- Eet niets tegen uw zin en forceer u niet.

### Als de voedingsmiddelen te zuur lijken

- Bereid een saus bij de maaltijd zoals een melk-, kaas- of getomateerde saus.
- Verwerk fruit tot moes.

### Als de voedingsmiddelen te zout lijken

- Mijd zoute charcuterie en kaas.
- Mijd toevoeging van zout aan maaltijden.
- Mijd chips en kant-en-klare bereidingen.

### Als de voedingsmiddelen een metaalsmaak hebben

- Eet eens vis, eieren en melkproducten in plaats van vlees.
- Vervang groene groenten door zetmeelproducten zoals aardappelen, rijst en pasta.
- Maak gebruik van plastic of houten bestek in plaats van metalen bestek.

## Te mijden

- Storende omgevingsfactoren zoals tabak, parfum, schoonmaakproducten en kookluchtjes.
- Gerechten met een sterk uitgesproken smaak of geur zoals koffie, gefrituurde gerechten, koolsoorten, kruiden en specerijen ... (enkel bij problemen).
- Gerechten die een afkeer oproepen.

## Raadpleeg uw huisarts of specialist

**Vraag raad aan uw arts, verpleegkundige of diëtist indien het uw eetpatroon zodanig belemmerd dat smaak- en reukveranderingen gepaard gaan met ernstig gewichtsverlies.**



## Contactgegevens

### **Dag 11 Dagziekenhuis onco en interne**

Tel. 09 310 18 09

### **ZE 23 Ademhaling en oncologie**

Tel. 09 310 18 23

### **Dieetafdeling**

Tel. 09 310 14 64

Reuk- en smaak-  
verandering  
Nevenwerkingen  
chemotherapie

## Contactinfo

### **vzw AZ Alma**

(Maatschappelijke Zetel)  
Ringlaan 15  
B-9900 Eeklo  
tel. 09 310 00 00

### **Polikliniek AZ Alma Sijsele**

Gentse Steenweg 132  
B-8340 Sijsele-Damme  
tel. 09 310 00 00

[www.azalma.be](http://www.azalma.be)

