



Afdeling Nucleaire Geneeskunde

Koolhydraatvrij dieet

Vorbereiding bij PET-CT

U krijgt binnenkort een onderzoek waarvoor u een speciaal dieet moet volgen. In deze folder leest u precies welke producten u wel en niet mag gebruiken. Het is belangrijk dat u zich aan dit dieet houdt, want dan kan uw onderzoek gewoon doorgaan.

Wanneer start u met het voorbereidingsdieet?

In de andere folder die u hebt gekregen staat of u 24 uur of 48 uur vóór het onderzoek met dit dieet moet starten.

Wat mag u wel of niet eten?

Tijdens dit dieet mag u vrijwel geen koolhydraten eten of drinken.

In het schema in deze folder leest u welke producten wel of niet zijn toegestaan. Probeer gevarieerd te eten. Wissel producten af. Er zijn veel producten te koop waarop vermeld staat dat ze koolhydraatarm of suikervrij zijn of passen in een 'koolhydraatarm dieet'. Deze producten bevatten vaak echter **wel** koolhydraten en mag u dus **niet** gebruiken.

Bij twijfel: lees eerst de verpakking voordat u iets eet of drinkt. U kunt op de verpakking van een product lezen of het koolhydraten bevat.

U mag het product gebruiken als de hoeveelheid koolhydraten 0 (nul) is.

Vruchtensap light	
Voedingswaarde per 100 ml	
Energie	75 kJ/18 kcal
Eiwitten	0,1 g
Koolhydraten	4,1 g
Vetten	0 g

Voorbeeld:

Deze vruchtensap bevat 4,1 gram koolhydraten.

U mag het voor het onderzoek dus niet drinken.

Bij uw afspraak krijgt u ook een invulijst toegestuurd. Noteer op de invulijst wat u gegeten en gedronken hebt. Breng de lijst mee naar het onderzoek.

Dranken

Toegestaan



- Water en Spa rood
 - Koffie (van koffiebonen zonder toevoeging)
 - Thee (alleen ceylon melange, earl grey, groene thee zonder smaakje)
- Gebruik geen suiker, geen melk en geen zoetstof



Niet toegestaan



- Water met een smaakje
- Cappuccino poeders, coffeepads of koffiecapsules met smaken
- Nesquick en cacaopoeders
- Thee met smaakjes
- Sap, siroop
- Frisdrank, ook geen light frisdrank
- Alcohol

Ontbijt & lunch

Toegestaan



- Eieren
- Nederlandse kaas: Goudse kaas, Maaslander, Edammer
- Vleeswaren: bacon, fricandeau, pekelvlees, kipfilet, kalkoenfilet, rosbief
- Roomboter

Niet toegestaan



- Zoetstoffen en suiker
- Alle zoete belegsoorten zoals jam, marmelade, chocoladeproducten (vlokken, hagelslag, pasta), pindakaas, stroop, Marmite, honing, suiker, speculoos, muisjes, vruchtenhagel
- Overige botersoorten
- Fruit
- Slagroom, yoghurt, kwark
- Alle broodsoorten: wit, tarwe, volkoren, koolhydraatarm brood, spelt brood

Avondeten

Toegestaan



- Vlees onbewerkt en ongepaneerd
- Varkensvlees: schouderkarbonade, halskarbonade, varkenshaas, speklapje met zwaard
- Rundvlees: biefstuk, tartaar
- Schapenvlees
- Kip onbewerkt en ongepaneerd
- Kipfilet, kippenpoot
- Vis onbewerkt en ongepaneerd: kabeljauw, zalm, tilapia, pangasiusfilet, koolvis, tong, makreel
- Sla, maximaal 100 gram per dag: ijsbergsla, kropsla of rucola
- Komkommer, maximaal 100 gram per dag (circa 8 cm)



Niet toegestaan



- Worstsoorten, burgers, schnitzels, snacks, gehakt
- Kipschnitzel, kipcorn, kipnuggets, kippengehakt
- Alle overige en gemarineerde vis, visburger, vissticks, inktvisringen
- Alle vegetarische vervangingen
- Alle overige groenten
- Pasta, rijst, graan, aardappelen, frites, puree, couscous, quinoa, spelt, gort, peulvruchten, bonen

Voorbeeld dagmenu

Kijk in het schema welke producten zijn toegestaan.

Ontbijt

- Gekookt of gebakken ei (peper en zout).
- Nederlandse kaas en/of vleeswaren (hoeveelheid onbeperkt).
- Koffie of thee, geen suiker en melk en geen zoetstof.

Lunch

- Gekookt of gebakken ei (peper en zout).
- 50 gram sla en 50 gram komkommer eventueel met olijfolie, peper en zout.
- Nederlandse kaas en/of vleeswaren of vis (hoeveelheid onbeperkt).

Warme maaltijd

- Gekookt of gebakken ei (peper en zout).
- 50 gram sla en 50 gram komkommer eventueel met olijfolie, peper en zout.
- Stukje onbewerkt en ongepaneerd vlees, vis of kip, gebakken in roomboter of olie.

Tussendoor (ochtend, middag, avond)

- Koffie of thee, geen suiker en melk en geen zoetstof.
- Water en/of Spa rood.
- Blokjes Nederlandse kaas en/of rolletje vleeswaren of vis (hoeveelheid onbeperkt).

Hebt u vragen over het dieet?

Neem contact op met een medewerker van de afdeling Nucleaire Geneeskunde.

Telefoonnummer

013 - 594 77 16

E-mail

nucleaire@bvi.nl

Verbeeten Tilburg
Brugstraat 10
5042 SB Tilburg

Verbeeten Breda
Hogeschoollaan 4
4818 CR Breda

Verbeeten Den Bosch
Deutersestraat 2b
5223 GV Den Bosch



Instituut Verbeeten