

Klinisch Chemisch en Hematologisch Laboratorium

PATIËNTENINFO

Groene Hart Ziekenhuis 
Open voor iedereen

Verzamelen van ontlasting voor vetbalans en bijbehorend dieet

Uw arts wil onderzoek doen naar de hoeveelheid vet in uw ontlasting. Voor dit onderzoek is het nodig dat u een dieet volgt. In deze folder staat beschreven welk dieet u moet volgen. Wij adviseren u deze informatie zorgvuldig te lezen.

De beschrijving komt natuurlijk niet in plaats van een gesprek met uw arts. Hij of zij zal steeds bereid zijn om u persoonlijk een en ander uit te leggen en op uw vragen in te gaan.

Vorbereiding

U krijgt een aanvraagformulier mee van uw arts.

Voor het verzamelen van de ontlasting heeft u speciale potten nodig. U kunt deze potten van maandag tot en met vrijdag ophalen bij de polikliniek Bloedafname van het Groene Hart Ziekenhuis (route 27). Maak hiervoor eerst een afspraak. Hoe u een afspraak maakt leest u verderop in de folder. U krijgt in totaal 3 potten mee. Neemt u bij het afhalen van de potten uw aanvraagformulier en uw patiëntenkaart van het ziekenhuis mee.

Nog niet geregistreerd in het ziekenhuis?

Als u nog niet geregistreerd staat in ons ziekenhuis, kunt u dit laten doen bij de Patiëntenregistratie (balie bij de hoofdingang). Neem altijd uw zorgverzekeringspas of -papieren en identificatiebewijs mee.

Doel van het onderzoek

Uw ontlasting wordt tijdens 3 opeenvolgende dagen onderzocht op vetuitscheiding. Voor dit onderzoek is het nodig dat u onderstaand dieet volgt.

Het dieet

U moet gedurende 5 aaneengesloten dagen een dieet volgen. Vanaf de 3^e dag begint u met het verzamelen van de ontlasting. Over het verzamelen van de ontlasting leest u verderop in deze folder meer.

Het dieet moet 50 tot 100 gram vet per dag bevatten. Hieronder staan voorbeelden van wat u kunt eten. Als u eet wat in deze voorbeelden staat beschreven weet u zeker dat uw vetinname voldoende is. Alle aangegeven voedingsmiddelen moet u wegen/meten. Het is belangrijk dat u zich houdt aan de maximale 100 gram vet per dag.

Ontbijt

- 2 sneden brood, liefst volkoren, besmeerd met in totaal 10 gram margarine.
- 1 plakje (voorgesneden) 48+ kaas (25 gram), bijvoorbeeld Goudse kaas.
- 1 plakje vleesbeleg (15 gram), bijvoorbeeld boterhamworst of cervelaatworst.
- 1 beker koffie of thee (suiker is toegestaan, koffiemelk niet).

Ochtend tussendoor

- 1 beker koffie of thee (suiker is toegestaan, koffiemelk niet).
- 1 reep chocolade van 25 gram (melk, puur, wit, zonder noten!).
- Onbeperkt (mineraal) water.

Broodmaaltijd

- 2 sneden brood, liefst volkoren, besmeerd met in totaal 10 gram margarine.
- 1 plakje (voorgesneden) 48+ kaas (25 gram), bijvoorbeeld Goudse kaas.
- 1 plakje vleesbeleg (15 gram), bijvoorbeeld boterhamworst of cervelaatworst.

- 1 beker halfvolle melk (250 ml).
- 1 portie fruit naar wens.

’s Middags tussendoor

- 1 beker thee (suiker is toegestaan, koffiemelk niet).
- 1 reep chocolade van 25 gram (melk, puur, wit, zonder noten!).
- 1 portie fruit à 150 gram (schoon gewogen) of een glas ongezoet vruchtensap (150 ml sinaasappelsap/appelsap uit een pak of versgeperst).

Warme maaltijd

- Géén soep.
- 100 gram mager vlees, vis of kip zonder vel (= 75 gram gaar).
- 30 gram margarine om de warme maaltijd te bereiden.
- 1 portie groente (van bladgroente neemt u 250 gram rauw gewogen).
- 1 portie rauwkost zonder olie, mayonaise of slasaus.
- 1 portie macaroni, rijst of iets dergelijks.
- (Mineraal)water en/of frisdrank.

’s Avonds

- 2 bekers koffie of thee (suiker is toegestaan, koffiemelk niet).
- 1 reep chocolade van 25 gram (melk, puur, wit, zonder noten!).
- 1 portie fruit à 150 gram (schoon gewogen) of een glas ongezoet vruchtensap (150 ml sinaasappelsap/appelsap uit een pak of versgeperst).
- (Mineraal)water en/of frisdrank.

Verzamelen van ontlasting

- Vanaf de 3^e dag van het dieet begint u met het verzamelen van de ontlasting.
- Verzamel alle ontlasting per dag in een pot. U mag ook de ontlasting gedurende 3 dagen in 1 pot verzamelen
- U voorziet de pot(ten) van uw naam, geboortedatum en verzameldatum(s).
- Bewaar de pot(ten) op een koele plaats.

Inleveren van de potten

Na 3 dagen ontlasting verzameld te hebben, brengt u de pot(ten) naar de polikliniek

Bloedafname in het Groene Hart Ziekenhuis (route 27).

Let op! U dient hiervoor een afspraak te maken.

Het is belangrijk dat u het aanvraagformulier en uw patiëntenkaart meeneemt.

Afspraak maken

Voor het ophalen en inleveren van het materiaal dient u een afspraak te maken. Het ophalen van de potten en het inleveren van het materiaal kan alleen op de polikliniek Bloedafname van het Groene Hart Ziekenhuis locatie Gouda (route 27) op werkdagen tussen 07.30 – 17.00 uur.

U kunt zelf online een afspraak maken via: www.ghz.nl/afpraakbloedafname of door te bellen naar tel.: (0182) 75 72 31. U kiest voor de locatie Groene Hart ziekenhuis. Daarna kiest u voor de dienst Afgifte/Ophalen materiaal.

Op het afgesproken tijdstip volgt u route 27 naar de poli Bloedafname. Eenmaal bij de bloedafname meldt u zich bij de zuil aan met de QR code (deze vindt u in de bevestigingsmail als u online een afspraak heeft gemaakt) of u voert uw geboortedatum in. Wanneer u wordt opgeroepen overhandigt u het formulier van de arts aan de baliemedewerker.

Uitslag

De uitslag van het onderzoek is niet meteen beschikbaar. Uw behandelend arts bespreekt met u de resultaten van het onderzoek en de eventuele behandeling.

Algemene informatie over het GHZ

Voor informatie over het ziekenhuis kunt u terecht op onze internetsite: www.ghz.nl. Ook kunt u bellen naar het algemene informatienummer (0182) 50 50 50.

Vragen?

Heeft u na het lezen van deze folder vragen, stelt u die dan gerust aan uw arts.

Als u vindt dat bepaalde informatie ontbreekt of onduidelijk is in deze folder, dan horen wij dat graag.

Groene Hart Ziekenhuis, locatie Gouda

Bleulandweg 10
2803 HH Gouda

Algemeen telefoonnummer ziekenhuis:
(0182) 50 50 50.

Colofon

uitgave : Groene Hart Ziekenhuis, Gouda
productie : Marketing & Communicatie
April 2024
05.07.063