

DE KUNST VAN HET GEMALEN ETEN

Kok Stan Mertens hecht veel belang aan maaltijdbeleving om zintuigen te prikkelen en de eetlust te bevorderen. Het bereiden van aantrekkelijke gemalen maaltijden ziet hij als een grote uitdaging. Voeding wordt eten.

“

Neem een marshmallow, leg die op het puntje van je tong en druk hem tegen je verhemelte. Ga liggen, drink zo een glas water en ervaar wat slikklachten kunnen betekenen. Schrijf daarna je artikel.” Er zit heel wat in deze tip van voedingsmanager Mertens. Net als in de voeding met aangepaste consistentie die patiënten met slikklachten in het Groene Hart Ziekenhuis krijgen.

De meeste artsen en diëtisten hebben nooit aan den lijve ondervonden wat het is om ziek in bed te liggen met slikklachten of kauwproblemen. Het experiment met de marshmallow (een Hollands spekje voldoet overigens ook) is daarom een aanrader voor iedereen die mensen met slik- of kauwproblemen ontmoet. Stan Mertens leerde het trucje enkele jaren geleden van de Engelse instellingskok Neil Palliser die een workshop over gemalen voeding gaf. Deze presentatie was voor hem een eye-opener: “Neil Palliser pureerde de producten, verrijkte deze massa met dieetpreparaten en vetten en gebruikte het verdikkingsmiddel Nutilis. Vervolgens vulde hij er mallen mee om de gemalen voeding er weer als het oorspronkelijke product uit te laten zien: gemalen worteltjes zagen er weer uit als worteltjes, gemalen kip werd weer een kippenpootje. Heel wat aantrekkelijker dus dan de kommen met een mix van gepureerde aardappelen, groenten en vlees die bij ons de keuken uitgingen om enige tijd later vrijwel onaangeroerd de afwaskeuken weer in te komen.” De Engelse kok inspireerde Mertens om de gemalen voeding in het Groene Hart Ziekenhuis te veranderen. “Maaltijdbeleving speelt een grote rol; presentatie, smaak, geur en kleur zijn van groot

belang om de zintuigen te prikkelen. Het is niet zozeer de kunst om het eten op het bord te krijgen, het is een veel grotere kunst om het eten naar binnen te krijgen,” zegt hij samenvattend.

RISICO OP ONDERVOEDING

Mertens vindt het zeer belangrijk om maatwerk te leveren en flexibel te zijn, zeker als het de kwetsbare groep mensen met slikproblemen betreft. Slikproblemen komen vaak voor bij mensen met CVA en spierziekten en bij oncologiepatiënten. Slikproblemen zijn een belangrijke risicofactor voor ondervoeding, met alle gevolgen van dien. Stan: “Patiënten worden steeds mondiger. Dat kun je als een nadeel zien, maar je kunt er ook je voordeel mee doen, omdat je daardoor juist ontzettend veel adviezen krijgt waar je de kwaliteit mee kunt verhogen. Zo is één van onze koks naar de afdelingen geweest om te overleggen met patiënten met slikproblemen. Het draagvlak van het project in ons ziekenhuis is enorm groot. Alle disciplines van voedingsassistenten, diëtisten en logopedisten tot het personeel van de afwaskeuken voelen zich er enorm bij betrokken. Het is belangrijk dat de voedingsassistenten extra tijd nemen voor deze patiënten zodat er rustig gegeten kan worden.

Doe de proef met de marshmallow en ervaar wat mensen met slikklachten doormaken.



S. Mertens is manager voeding in het Groene Hart Ziekenhuis (GHZ) in Gouda. De maaltijden voor cliënten met slikproblemen zijn in dit ziekenhuis geoptimaliseerd door de implementatie van een nieuwe bereidingsmethode.



VOEDING MET AFWIJKENDE CONSISTENTIE IN HET GROENE HART ZIEKENHUIS IN GOUDA

In de keuken wordt een gekoppeld systeem gebruikt: de gerechten worden op de dag van bereiding geconsumeerd. Hoewel er inmiddels kant-en-klare diepvriesproducten voor de grootkeuken verkrijgbaar zijn die op de manier van Neil Palliser geproduceerd zijn, heeft het ziekenhuis ervoor gekozen om zelf de componenten te bereiden. Zo kan ook deze voeding persoonlijk op smaak én op maat gemaakt worden met de verrijkingen en eventueel beperkingen (bijvoorbeeld natrium) die voor de patiënt optimaal zijn, en met nagenoeg alle keuzemogelijkheden uit de menucyclus van de gewone maaltijden. Op deze manier krijgen ook de gemalen maaltijden de eigen kwaliteit van de keuken uit het Groene Hart Ziekenhuis mee. Als verrijkingen worden Fortify, Protifar en roomboter gebruikt. Nutilis wordt toegevoegd om de voeding dikker te maken. Alle gerechten staan op receptuur, inclusief aanwijzingen voor de kleur en smaak ('grasgroen', 'zuinig met peper'). Dagelijks worden twintig tot dertig gemalen maaltijden bereid. Helaas is het nog niet exact te meten of het ondervoedingsprobleem ook daadwerkelijk is afgenomen door de nieuwe bereidingswijze, daarvoor is de ligduur te kort en spelen te veel factoren een rol. Het is wél duidelijk dat er nu veel minder gemalen voeding van de afdelingen terugkomt dan voorheen. De mensen met kauw- en slikproblemen eten nu grotere porties én hun voeding is verrijkt met toevoegingen, dus een positieve bijdrage aan het ondervoedingsprobleem ligt voor de hand.

Voeding is zorg en eten is beleven. Dat geldt ook voor gemalen voeding.

We hebben in een stand in het personeelsrestaurant ook de verschillen tussen vroeger en nu laten zien, zodat ook alle andere medewerkers in de zorg op de hoogte zijn van de mogelijkheden.” Mertens is er dan ook heel trots op dat het voedingsproject vorig jaar de ‘Runner-up-kwaliteitsprijs’ van het GHZ kreeg. “Voeding is zorg en eten is beleven,” voegt hij toe. Het vraagt veel inzet van alle betrokkenen, maar de voedingsmanager vindt dat geen reden om het probleem dan maar uit de weg te gaan. Het contact met patiënten stimuleert hem ook om zich continu te blijven inzetten. Bijvoorbeeld die patiënt die op het punt stond om op sondevoeding over te gaan, omdat hij als gevolg van slikklachten niets kon eten. Hij lustte bijna niets, behalve bami met veel sambal. De volgende dagen gingen er dus flinke porties met gepureerde bami naar die afdeling. “Dan weet ik weer helemaal waar we het voor doen,” besluit Stan.

VOEDING OF ETEN

Mertens is er van overtuigd dat voeding een volwaardige plaats in de zorg verdient. “Er komt steeds meer concurrentie in de zorg en iedereen heeft er de mond vol van: de patiënt moet centraal staan en zich te gast voelen als in een sterrenhotel. Met welke service begin je dan? Precies: met de voeding, al gebruik ik dat woord liever niet. De woorden ‘voeding’ en ‘vocht’ staan prachtig in de papieren richtlijnen en protocollen, maar waar het in de praktijk om gaat, is dat er gegeten en gedronken wordt. Ik gebruik daarom liever de woorden ‘eten’ en ‘drinken’. Instellings-

keukens moeten hun stoffige imago kwijt zien te raken. Het Koksgilde Nederland organiseert samen met de Landelijke Organisatie Cliëntenraden het sterrenkoken voor zorginstellingen waarbij de Food is Care Award wordt uitgereikt. Ook stellen zij een top honderd van voedingsdiensten samen. Ik vind dat een prachtig initiatief. Ook (of misschien wel juist) als instellingskok kun je je uitleven in ons prachtige vak. Met een goed verzorgd bord eten kun je aan de patiënt bovendien een duidelijk signaal afgeven: Wij hebben aandacht voor u!”

NOG BETER

Heeft de voedingsmanager dan niets meer te wensen? Stan Mertens antwoordt ontkennend. “Het loopt goed, maar het kan nog altijd beter. Ik zou graag willen weten wat iedere patiënt nu het lekkerst vindt van zijn maaltijd. Het vlees? Prima, dan verwerken we daar de verrijkingen in zodat hij deze ook inderdaad binnenkrijgt. En als er een vol bord in de spoelkeuken komt, dan zou ik willen dat er standaard geïnformeerd wordt naar de reden daarvan. Was de desbetreffende patiënt misschien net weg voor behandeling of onderzoek? Wil hij dan alsnog eten? En ik hoop natuurlijk dat mijn collega’s in andere instellingen ook de uitdaging aandurven om zich in te zetten voor het ondervoedingsprobleem. De deuren van onze keukens staan in ieder geval open om te komen kijken. En u, lezer van Voeding & Visie: gaat u de marshmellowtruc ook uitproberen?”

Corien Maljaars



Stan Mertens: “Als instellingskok kun je je uitleven in dit prachtige vak. Met een goed verzorgd bord met eten kun je aan de patiënt een duidelijk signaal afgeven, namelijk wij hebben aandacht voor u!”

INTERNET

www.zorgvoorbeter.nl

www.ghz.nl