

## Een slimme manier van nuchter blijven

### Inleiding

U wordt binnenkort geopereerd. Hiervoor is het van belang dat u nuchter blijft.

### Waarom moet u nuchter blijven?

Uw maag moet leeg zijn wanneer u onder verdoving, narcose gaat. De narcose voor de operatie verdooft ook uw maag, waardoor deze stopt met werken. Een maag zonder knijpkracht, in combinatie met het horizontaal liggen op de operatietafel, vormen een risico voor het teruglopen van zure maaginhoud richting slokdarm. De kans bestaat dat de maaginhoud via de slokdarm naar de luchtpijp en de longen loopt. Dit moet te allen tijde worden voorkomen.

### Wat mag u drinken?

Uit onderzoek blijkt dat inname van heldere dranken, tot twee uur voor de operatie, geen kwaad kan. Heldere dranken zoals water en thee, verlaten namelijk binnen twee uur de maag. De maag is dan leeg op het moment van narcose. Ook is gebleken dat het gebruik van koolhydraatrijke dranken ervoor zorgt dat u zich voor en na de operatie beter voelt. Koolhydraat is een verzamelnaam voor alle soorten suikers die in het eten en drinken voorkomen. Voor de operatie voelt u zich rustiger en u hebt minder dorst en honger. Na de operatie zult u zich eerder beter voelen.

### Kiezen voor een slimme manier van nuchter blijven

Het is mogelijk om voorafgaand aan de operatie gebruik te maken van koolhydraatrijke dranken.

- U start op de avond voordat u geopereerd wordt met het drinken van 800 ml. DubbelDrank®. Het heeft de voorkeur dat u gebruik maakt van de smaken sinaasappel/perzik en bessen/druiven, bijvoorbeeld van het merk Riedel. Dit is een drank waar veel koolhydraten in zitten. Wij adviseren u om dit tussen 17.00 uur en 24.00 uur verspreid over de avond te drinken.
- De dag van de operatie krijgt u in het ziekenhuis 2 of 3 pakjes preOp® aangeboden. Dit is een koolhydraatrijk product van Nutricia. Het verlaat de maag net zo snel als water, u mag het tot twee uur voor de narcose gebruiken.

De verpleegkundige op uw afdeling informeert u over de tijdstippen waarop u de dranken het beste kunt gebruiken.

### Vragen?

Heeft u na het lezen van deze folder, nog vragen? Stel deze gerust aan de verpleegkundige op de afdeling waar u wordt opgenomen.

Meer lezen over diëtetiek in Amphia?

[Ga naar afdeling Diëtetiek \(https://www.amphia.nl/afdelingen/dietetiek\)](https://www.amphia.nl/afdelingen/dietetiek)