Amsterdam UMC
Universitair Medische Centra

Koolhydraat-arm dieet bij FDG PET-CT scan

Vanwege de FDG PET-CT scan is het belangrijk dat u een dag voor het onderzoek een dieet volgt zonder koolhydraten. Hieronder staat kort aangegeven wat u deze dag wel mag gebruiken.

Eten:
- Vlees, alleen ongepaneerd (dus zonder paneermeel/ bloem of toegevoegde beschuit) en ongemarineerd. Geen worstsoorten
- Vleeswaren, maar geen worstsoorten
- Vis, alleen ongepaneerd (dus zonder paneermeel/ bloem of toegevoegde beschuit) en ongemarineerd
- Eieren, roomboter, margarine, halvarine, bak & braad
- Goudse kaas (geen geitenkaas)
- Jus (zelf gemaakt, zonder bindmiddel of juspoeders)
- Zout, peper
- Heldere soep **zonder** vermicelli

Drinken:
- Water
- Koffie of thee zonder melk of suiker. Geen oploskoffie
- Sommige light frisdranken. Maar let wel op:
  - Light frisdranken (cola light, sinas light etc) zijn wel toegestaan. Deze bevatten geen koolhydraten
  - Vruchtensappen- light (bijv. dubbelfrisss light, spa en fruit, eigen merk light sap etc) bevatten vaak echter nog wel koolhydraten en zijn dus niet toegestaan

Of uw frisdrank koolhydraten bevat kunt u nagaan op het etiket. (zie het voorbeeld hieronder). Het product is toegestaan als het aantal koolhydraten 0 is.

<u>Voedingswaarde per 100 ml</u>

Energie	76kJ/ 18 kcal
Eiwitten	0,1 g
Koolhydraten	**4,1 g**
- waarvan suikers	4,0 g
Vetten	0 g
- verzadigd vet	-
Voedingsvezels	0 g
Natrium	0,002 g

Dit voorbeeld bevat koolhydraten (4,1 g per 100 ml) en is dus niet toegestaan.

Daarnaast zijn er veel producten te koop (bijvoorbeeld in supermarkt of reformwinkel) welke aangeven koolhydraatarm te zijn of vermelden te passen in een "koolhydraatarmdieet". Deze producten zijn niet vrij van koolhydraten en dus ook niet toegestaan!

Voorbeeld van een dagmenu

Ontbijt

Gekookt ei
1 of meerdere plakken kaas en/of vleeswaren (bijv. ham,rookvlees etc)
Koffie en thee zonder suiker
Water

In de loop van de morgen

Glas light frisdrank
Koffie of thee zonder suiker
Water

Lunch

Gekookt of gebakken ei (e.v.t. met ham en/of kaas)
1 of meerdere plakken kaas en/of vleeswaren
Water

In de loop van de middag

Glas light frisdrank
Koffie of thee zonder suiker
Water

Warme maaltijd

Stukje ongepaneerd vlees of vis (bijv kipfilet)
Jus naar wens
1 of meerdere plakken kaas en/of vleeswaren
Water

's Avonds

Glas light frisdrank
Koffie of thee zonder suiker
Water
Blokje kaas, plakje vleeswaren (geen worst!)

Hoewel deze regels erg onvriendelijk lijken, is een goede voorbereiding erg belangrijk. Als de voorbereiding niet volgens de regels verloopt, is het onderzoek niet goed te beoordelen.

Vragen

Als u nog vragen heeft over het onderzoek kunt u contact met ons opnemen van maandag t/m vrijdag tussen 8.00 – 16.00 uur, telefoon (020) 444 2886.
Voor medische vragen moet u contact opnemen met uw behandelend arts.

1040222 - ©amsterdamumc - 2021-01-07 - vumc.nl