



KOOKNAMIDDAG NIERPATIËNTJES

PIZZA VOOR IEDE

Chef-kok Nicky Van Goethem van het Temse restaurant Le Cirque kreeg eind oktober een bijzondere culinaire uitdaging op zijn bord: een feestmaal koken voor nierpatiëntjes die een strikt dieet volgen. De kinderen kwamen zelf graag een handje toesteken.

Onze nieren hebben in ons lichaam een zuiverende functie. Als ze het laten afweten, hopen afvalstoffen zich op in het bloed. Om hun nieren zo min mogelijk te belasten, moeten nierpatiënten vaak allerlei voedingsmiddelen vermijden, zoals zout en eiwitten bijvoorbeeld. 'We wilden onze nierpatiëntjes en hun ouders eens een steuntje in de rug geven,' zegt verpleegkundige Sofie Eerens. 'Want het is aartsmoelijk om zo'n dieet dag in dag uit vol te houden. Net als alle kinderen hebben onze patiëntjes immers voortdurend zin in van alles.' Chef-kok Nicky Van Goethem had alvast een bijzonder appetijtelijk menu voorbereid: zelf te beleggen pizza, appelbeignets, frambozensorbet en suikerspin.

Chef zonder zoutvat

Getooid in schorten en koksmutsen gingen de jonge koks aan de slag: paprika, champignons en uien fijn snijden, beslag maken voor de beignets, fruit spoelen... het werd allemaal met even veel enthousiasme uitgevoerd, door de veertienjarige Sam bijvoorbeeld. Hij heeft al twee niertransplantaties achter de rug en hij studeert voor kok. Eens samenwerken met een echte chef was dan ook een bijzondere ervaring. Ook voor kok Nicky Van Goethem was het echter een hele ervaring. 'Koken zonder zout was ik echt niet gewoon. Gelukkig kreeg ik van de UZA-diëtisten genoeg tips om met kruiden toch nog smaak in de pizza te krijgen. Ook moest ik bijvoorbeeld alle groenten, zelfs paprika, in heel veel water koken.'

'Wat voor gezonde kinderen goed is – veel groenten, fruit, melkproducten, volkorenproducten – mag bij heel wat nierpatiëntjes maar beperkt op het menu staan,' zegt UZA-diëtiste Annemie Van de Sompel. Zout en eiwitten mogen ze vaak maar beperkt eten en ook met stoffen als fosfor en kalium moeten ze uitkijken. 'De voe-

ding moet daarom ook anders worden bereid. Voor de tomatensaus voor de pizza gebruiken we bijvoorbeeld geen tomatenpuree, omdat daar veel kalium in zit. De meeste groenten koken we, omdat de kalium dan achterblijft in het kookwater.' Opvallend: vet en suiker mogen de meeste kinderen wel volop eten. 'Gelukkig wel. Vet is een smaakmaker en brengt calorieën aan. Suiker mag meestal ook, maar door de afvalstoffen in hun lichaam verandert de smaak van de kinderen en hebben ze juist meer dan andere kinderen zin in hartige dingen.'

Feestdagen zijn het lastigst

Voor elk kind wordt in het UZA een specifiek dieet uitgetekend. 'Alles hangt af van de situatie,' zegt diëtiste Nancy Pyck. 'Hoe slechter de nieren functioneren, hoe strenger het dieet. Als het kind uiteindelijk aan de dialyse moet en de afvalstoffen op die manier worden afgevoerd, dan verandert het dieet weer. Het wordt minder streng, maar afhankelijk van de bloedsuitslagen wordt het voedingsadvies telkens bijgestuurd.' Als een kind een niertransplantatie heeft gehad en de



Bart Paepen is verpleegkundige op de dienst intensieve zorg. Elke nieuwe werkdag brengt hij de zorg voor patiënten in de praktijk. Een kijk van binnenuit op het reilen en zeilen in het UZA.

HEIMWEE NAAR DE TOEKOMST

Ik ben een nostalgisch type. Geen paniek, ik ga geen kolommetje vol-jijlen over vrolijk-vroeger. Over *de goeden, ouden tijd* die misschien niet slecht was, maar wel voorbij. Ik wil geen trivialiteiten opwaarderen als waren het ijkpunten in de geschiedenis. Wat zou ik Fixkes-gewijs romantisch zitten doen over vervlogen tijden, alsof wat nog moet komen hoogstens een schraal afkooksel is van wat eens was.

Nee, heimwee is tijdverlies, even zinloos als het kennen van het getal pi tot op honderd cijfers na de komma. Niettemin fijn tijdverlies, zolang het niet al te *(heim)weeig* wordt. Zo hoor ik collega's wel eens graag bezig over een UZA uit lang vervlogen tijden. De tijd dat er nog parkeerplaatsen te over waren, een stuk of vijf afdelingen de boel rechthielden, de muren eenvormig jodiumbruin en alle zusters nog uniform kortgeschort. 'Dat waren de tijden!'

Nog even ademen en we hebben het over dertig jaar geleden. Van ondergetekende was nog lang geen sprake. Geen *ge-nostalgie* dus voor mij. Al hoor ik mij mezelf soms verspreken als ik het heb over 'toen de roltrap nog de inkomhal sierde,'er slechts vier intensieve eenheden waren die noodgedwongen één en dezelfde bloedgasmachine deelden' of over 'toen we ons nog na iedere bloedname per step naar het labo dienden te haasten'. Prehistorisch lijkt het wel! Zullen we over vijf jaar hetzelfde zeggen over nu? Vast wel. Het tegendeel zou pas zorgwekkend zijn.

Geen reden dus om sentimenteel te doen. In averechtse beweging is nostalgie eens zo leuk. De onvoltooid toekomstige tijd lacht ons tegemoet! Er zullen meer parkeerplaatsen zijn, zowel binnen als buiten. De meest gespecialiseerde afdelingen, vanzelfsprekend. Minder bruin, maar meer blauw. Misschien wel terug *zusters* met korte schorten (de mode is onvoorspelbaar). Hoe dan ook: binnen vijf jaar zal het ongetwijfeld beter zijn. Eens de draaideur gepasseerd zal gezondheid geschieden! En misschien – heel af en toe – zal ik nog eens terugdenken aan nu en een tikkeltje weemoedig zuchten 'Waar is de tijd'. Eens nostalgisch, altijd nostalgisch. Ik had u gewaarschuwd.

Bart Paepen, verpleegkundige intensieve zorg
bart.paepen@uza.be

REEN!

donornier doet haar werk, dan is een dieet overbodig. 'De kinderen moeten zich eigenlijk constant aanpassen, en ook dat maakt het moeilijk. Vóór een transplantatie mogen de kinderen bijvoorbeeld maar heel weinig drinken, erna juist heel veel.'

Jasper (14) weet als de beste hoe moeilijk het soms is. Hij kreeg op zijn vijfde een niertransplantatie, maar enkele jaren geleden begon ook die donornier achteruit te gaan. Sinds twee jaar is hij weer aan de dialyse, en op dieet. 'Dat is het moeilijke,' zegt mama Marleen. 'Jasper heeft jaren gewoon kunnen leven, en dan op heel korte tijd mocht hij van alles niet meer. Hij beseft heel goed wat hij mist.' Jasper eet zoutarm, fosforarm, moet op zijn eiwitten letten en mag ook maar 900 cc per dag drinken, terwijl hij voordien juist veel moest drinken, tot 2,5 liter per dag. 'Ik heb heel veel last van dat dieet,' zegt Jasper. 'Zeker met de feestdagen, want ik mag van alle lekkere dingen amper iets eten.'

In restaurant Le Cirque werd na afloop van het koken in elk geval stevig gesmuld. Een feestmaal zoals er voor de jonge koks elke dag een zou mogen zijn...