

# FÅR DU SOM KRÆFTPATIENT DEN RETTE ERNÆRING?



## HAR DU FÅET VEJLEDNING OM KOST OG ERNÆRING I DIT KRÆFTFORLØB?

JA

Godt.

Med den rette energi- og proteinrige kost, er din krop bedre rustet til at komme igennem kræftforløbet.

NEJ

Hvis du er i et kræftforløb, bør du følge nogle andre kost anbefalinger, end du plejer:

- Spis energi- og proteinrig kost
- Spis mange små måltider i løbet af dagen
- Få ekstra energi og protein fra eks.: lyst kød, mælkeprodukter og ernæringsdrikke\*, der kan købes på apoteket.
- Tal med din læge, hvis du er i tvivl

## HAR DU TABT DIG I DIT KRÆFTFORLØB?

JA

Hvis du taber dig, skal du søge hjælp hos din læge, som kan henvise til diætist. Vægttab kan have alvorlige konsekvenser som:

- Øget risiko for komplikationer
- Udskudt eller aflyst behandling
- Dårligere overlevelse

NEJ

Hvis du ikke har tabt dig, bør du forebygge vægttab, da vægttab kan komplicere sygdomsforløbet.

- Spis energi- og proteinrig kost
- Hold øje med din vægt, og kontakt din læge hvis du taber dig.

## OPLEVER DU BIVIRKNINGER SOM KVALME, MADLEDE OG MANGLENDE APPETIT?

JA

Hvis du oplever bivirkninger, er det svært af få tilstrækkelig næring. Du er derfor i risiko for at tabe dig.

- Bed evt. din læge om kvalmestillende midler
- Få vejledning via diætist til en energi- og proteinrig kost
- Suppler kosten med ernæringsdrikke\*, der kan købes på apoteket.

NEJ

Selv uden bivirkninger bør du være opmærksom på, om du får spist nok.

**Vej dig en gang om ugen.  
Søg hjælp hos din læge, hvis du taber dig.**

\***Ernæringsdrikke** = Ernæringsdrikke er drikke, der indeholder meget energi og protein samt vitaminer og mineraler, som dækker dit daglige behov, når du er syg. Hvis du ikke kan spise nok gennem måltider og mellemmåltider, kan du supplere din kost med disse ernæringsdrikke. Kontakt din læge for at få en recept på ernæringsdrikke, eller spørg efter dem på apoteket.