

ADVIES VAN KINDERDIËTIST NUTTIG BIJ BIJWERKINGEN

Auteur **Delia Titre**
Foto **Frank Jansen**

Maagklachten, verminderde eetlust en vitaminedekort. Dit zijn enkele voorbeelden van aan voeding gerelateerde bijwerkingen die kinderdiëtist Katja Passchier-Blok behandelt. Medicijngebruik kan hierin een rol spelen. "Apothekers kunnen ouders attenderen op dit soort bijwerkingen en ze doorverwijzen naar een kinderdiëtist."

NIET ALLEEN VOOR KINDEREN MET OVERGEWICHT

"Neem vooral een keer contact op met een kinderdiëtist in de regio", adviseert kinderdiëtist Katja Passchier-Blok. Nederland telt zeker zo'n duizend diëtisten die na de vierjarige hbo-opleiding Voeding en Diëtetiek een aanvullende studie tot kinderdiëtist hebben gevolgd. "Wij zijn er niet om alleen kinderen met overgewicht te helpen, maar ook kinderen met voedingsproblemen door ziekte of medicatie, die hierdoor een risico lopen op een tekort aan essentiële bouwstoffen."

"De groei en ontwikkeling van een kind staan bij ons op de eerste plaats", vertelt kinderdiëtist Katja Passchier-Blok. Zij is werkzaam bij de kinderrevalidatie-afdeling van Basalt, een centrum voor revalidatiegeneeskunde, waar ze kinderen en jongvolwassenen begeleidt. "Ik sluit aan bij een behandelteam als er problemen zijn met voeding, gewicht, groei en ontwikkeling."

Deze teams behandelen patiënten met uiteenlopende aandoeningen, zoals cerebrale parese, Duchenne spierdystrofie en epilepsie. Zij kunnen hierdoor last hebben van onder- en overgewicht, achterblijvende groei, verslikken, misselijkheid, reflux, obstipatie en vermoeidheid. Maar niet alleen de aandoeningen zijn de oorzaak van deze klachten, ook hun medicijngebruik kan hierin een rol spelen.

Kinderen met epilepsie kunnen door hun medicatie in combinatie met de impact van een epileptische aanval ondervoed raken. "Anti-epileptica kunnen als bijwerking een sterke afname van eetlust geven, met daarbij andere nevenwerkingen als vermoeidheid, een droge mond en misselijkheid die de eetlust niet bevorderen. Na een insult zijn kinderen suf en vermoeid en kunnen bijna niks eten en drinken", vertelt Passchier-Blok. "Dit kan ervoor zorgen dat ze te weinig voedingsstoffen binnenkrijgen."

Haar rol als diëtist is om samen met ouders en kinderen op zoek te gaan naar een passende oplossing om tekorten te voorkomen. Anti-epileptica kunnen daarnaast een foliumzuurtekort veroorzaken en carbamazepine, oxcarbazepine, fenytoïne en topiramaat vitamine-K-deficiëntie.

*Ook drankje
niet altijd
prettig bij
slikproblemen*

“Wat het kind wel kan eten moet een hoge voedingswaarde hebben. ‘Lekker en slim eten’ noem ik dat. Zo adviseer ik afhankelijk van wat het best bij het kind past een handje nootjes in plaats van chips of volkoren boterhammen in plaats van een wit bolletje. Je kan ook een eetmoment toevoegen voor het naar bed gaan of tijdens schooltijd.”

Apothekers kunnen hierbij een actieve rol spelen, is Passchier-Blok van mening. “Is het kind ingesteld op de epilepsie medicatie, dan is dat een goed moment om het te hebben over bijwerkingen die wijzen op een veranderde eetlust. Je kan vragen of de ouder een verschil merkt in het gewicht en eetgewoontes en zo nodig de patiënt via de huisarts laten doorverwijzen naar een kinderdiëtist.

Verwijzen naar een kinderdiëtist is volgens Passchier-Blok ook aan te raden bij kinderen die langdurig een onderhoudsbehandeling antibiotica krijgen en hierdoor last hebben van diarree of andere maagdarmklachten of regelmatig laxantia krijgen

CASUS: FIXATIE OP ETEN DOOR VALPROÏNEZUUR

Een jonge vrouw van 17 jaar heeft stofwisselingsstoornis, ontwikkelingsachterstand, epilepsie en toenemend overgewicht. Sinds ze is gestart met valproïnezuur merkt haar moeder dat ze is gefixeerd op eten. Ze wordt verwezen naar een kinderdiëtist die haar adviseert over geschikte voeding en doorverwijst naar haar behandelend arts vanwege de bijwerkingen van valproïnezuur. Bij het tweede consult vertelt moeder dat de dosering van valproïnezuur is verlaagd en hierna de sterke verhoogde eetlust is verdwenen.

voorgeschreven. “Die kan kijken of met aanpassing van de voeding, zoals voldoende en variatie in voedingsvezels, de klachten verminderen. We adviseren ouders om hun kind regelmatig extra drinken aan te bieden en eventueel kindermultivitamine te laten gebruiken, omdat diarree ook de opname van bepaalde voedingsstoffen vermindert. Daarnaast kunnen wij helpen bij de keuze van een probioticum.”

Een andere bijwerking die zij bij kinderen ziet, zijn refluxklachten. “Van belang is naar het totaalplaatje te

kijken, want naast medicatie kunnen ook dieetfactoren een rol spelen in de maagklachten, zoals het drinken van frisdrank of vet eten. Aanpassingen in het dieet kunnen al verbetering geven. Een aantal kinderen in het revalidatiecentrum heeft een korset. Als die te strak zit, krijg je sneller maagzuurklachten. Dit soort zaken kan je ook meenemen.”

Bij slikproblemen neemt Passchier-Blok contact op met de logopedist. “Kinderen leren zichzelf een techniek aan om te kunnen slikken. Dit is niet altijd de beste techniek.” De logopedist leert kinderen een gunstige hoofdpositie en lichaamshouding aan voor het krachtiger slikken van voedsel. Deze techniek is ook te gebruiken voor het innemen van medicijnen. In extreme situaties kan een psycholoog uitkomst bieden. “Trauma’s door veelvuldig medicijngebruik in de vroege jeugd kunnen een weerstand tegen pillen geven.”

Verder overlegt ze met de apotheker als ze denkt dat het medicijn ingenomen kan worden in een andere toedieningsvorm. De oplossing ligt niet altijd voor de hand: “Ook een drankje vinden sommige kinderen niet prettig.” Zij denkt dat apothekers en diëtisten meer kunnen samenwerken. “We weten nu niet altijd goed van elkaar wat we kunnen. Als we dit beter weten, kunnen we makkelijker naar elkaar verwijzen.” ■

KATJA PASSCHIER-BLOK: “TRAUMA’S DOOR VEELVULDIG MEDICIJNGEBRUIK IN DE VROEGE JEUGD KUNNEN EEN WEERSTAND TEGEN PILLEN GEVEN.”

