

Koolhydraatbeperkt dieet bij een PET-CT-scan



U ontvangt deze informatie, omdat u binnenkort een PET-CT-scan krijgt op de afdeling Nucleaire geneeskunde. Voor u geldt een speciale voorbereiding voor het PET-CT onderzoek om de radioactieve vloeistof zo optimaal mogelijk door het lichaam te laten opnemen.

De volgende punten zijn van belang:

- **24 uur** voorafgaand aan het onderzoek dient het onderstaande **koolhydraatbeperkte onderzoeksdieet** gevolgd te worden.
- **6 uur** voorafgaand aan het onderzoek mag u **niets meer eten** en alleen nog maar water drinken.
- 6 uur voorafgaand aan het onderzoek dient u zoveel mogelijk te rusten. Probeer zo min mogelijke lichamelijke activiteit te ondernemen. Dit houdt in zoveel mogelijk te zitten in een stoel en te liggen op de bank of in bed.
- **2 uur** voorafgaand aan het onderzoek dient u **één liter water te drinken**.

Het koolhydraatbeperkte onderzoeksdieet

“Koolhydraten” is de verzamelnaam voor alle vormen van zetmeel en alle soorten suikers die in voeding kunnen voorkomen. Het dieet houdt in: zo min mogelijk koolhydraten gedurende 24 uur gebruiken.

In onderstaande tabel kunt u terugvinden wat wel en niet toegestaan is. Kijk naar de ingrediënten op de verpakking als u twijfelt of een product koolhydraten bevat.

Productgroep	Toegestaan	Niet toegestaan
Brood en broodproducten Ontbijtgranen en papsoorten	-	Niets uit deze productgroep is toegestaan, ook geen koolhydraatarm brood
Boter, Margarine, Halvarine	Alle soorten	-
Broodbeleg	Alle soorten kaas en smeerkaas Alle soorten naturel vleeswaren, zoals: • ham, • kipfilet, • fricandeau, • rookvlees, • rosbief, • bacon, • ontbijtspek Ei gebakken of gekookt	Alle worstsoorten Alle zoetbeleg Omelet met melk bereid
Melkproducten	Alpro SOYA Unsweetened Alpro ALMOND Unsweetened	Alle melkproducten, ook geen varianten zonder suiker Overige sojadranken (Alpro of andere merken)

Koolhydraatbeperkt dieet bij een PET-CT-scan



Dranken	Thee zonder suiker en zonder melk Koffie zonder suiker en zonder melk Water, mineraalwater zonder smaakjes Bouillon Frisdranken light, 0% koolhydraten: • cola light, • sinas light, • cassis light, • bitter lemon light • etc	Vruchtensappen Vruchtensappen light Vruchtendranken Nectar Alcoholische dranken
Versnaperingen	Kaas en vleeswaren zie broodbeleg	Niets is verder uit deze productgroep toegestaan
Fruit en fruitconserven	-	Niets uit deze productgroep is toegestaan
Groenten, gekookt of geroerbakt, maximaal 200 gram	• Andijvie • Asperges • Bleekselderij • Bloemkool • Broccoli • Champignons • Chinese kool • Courgette • Groene kool • Groene paprika • Koolraap • Okra • Paksoi • Postelein • Prei • Raapstelen • Rode kool • Savoie kool • Snijbiet • Snijbonen • Sperziebonen • Spinazie • Spitskool	Alle niet genoemde groentesoorten en peulvruchten Alle groenten met saus of bindmiddel

Koolhydraatbeperkt dieet bij een PET-CT-scan



	• Tauge • Tomaat • Venkel • Witlof • Witte kool • Zuurkool	
Rauwkost naturel, maximaal 75 gram (naast de gekookte groenten)	• Andijvie • Komkommer • Raapstelen • Sla alle soorten • Spinazie	
Aardappelen en aardappelproducten, rijst, pasta, couscous, quinoa, bulgur, parelgort, peulvruchten (bruine bonen, linzen enz.) mie, noedels, mihoen, taco's, wraps, tortilla's en overige graanproducten.		Niets uit deze productgroep is toegestaan
Vlees, en vleesvervangers Gevogelte	Alle naturel vleessoorten zonder paneermeel of bloem Gevogelte naturel zonder paneermeel of bloem	Alle vegetarische vleesvervangers Alle kant en klare vleesgerechten Alle worstsoorten Alle gepaneerde vlees, of gevogelte
Vis, schaal- en schelpdieren	Alle soorten naturel zonder paneermeel of bloem	Alle gepaneerde soorten
Diversen	Bouillonpoeder Bouillontablet Knoflook Kruiden Specerijen Zout zoetjes	Tomatenpuree Sauzen Niet genoemde smaakmakers Bindmiddelen (maïzena/bloem ect) Paneermeel

Koolhydraatbeperkt dieet bij een PET-CT-scan



Voorbeeld dagmenu

Ontbijt:	Kaas, gekookt of gebakken ei 1 glas Alpro Soya Unsweetened of Almond unsweetened Thee of zwarte koffie zonder suiker, eventueel met zoetstof
Tussendoor:	Thee of zwarte koffie zonder suiker, eventueel met zoetstof Light frisdrank met 0% koolhydraten
Lunch:	Bouillon Kaas, toegestane soorten vleeswaar Sla en komkommer, max 75 gram 1 glas Alpro Soya Unsweetened of Almond unsweetened Thee of zwarte koffie zonder suiker, eventueel met zoetstof
Tussendoor:	Thee of zwarte koffie zonder suiker, eventueel met zoetstof Light frisdrank met 0% koolhydraten
Warme maaltijd:	Vlees, kip of vis zonder paneermiddel of bloem Portie van 200 gram toegestane soorten groente zonder bindmiddel, gekookt of geroerbakt met kruiden en specerijen. 1 glas Alpro Soya Unsweetened of Almond unsweetened
Tussendoor:	Thee of zwarte koffie zonder suiker, eventueel met zoetstof Light frisdrank met 0% koolhydraten