

Verstoorde smaak: 'Wat als je boterhammen naar karton smaken?'

04/12/18 om 21:00 - Bijgewerkt op 05/12/18 om 14:17
[Uit Knack Extra van 05/12/18 \(/s/r/c/1402345\)](#)

Om gezond te blijven, moet je eten. Maar wat als je eetlust door de ziekte of de therapie vermindert en de boterhammen naar karton smaken? Experts timmeren aan de weg om het eten opnieuw smaak te geven.



© istock

Door chemotherapie kunnen smaak- en geurveranderingen optreden. Wat je eet, kan plotseling anders smaken. Vaak neemt men onaangename smaken waar, zoals een karton- of een metaalsmaak. Je eet automatisch minder, terwijl je net op krachten moet blijven om je ziekte te overwinnen. Verminderde eetlust is een probleem waarmee alle ziekenhuizen en zorginstellingen bekend zijn. Malnutritie heet het, letterlijk 'wanvoeding', een toestand waarbij personen doorgaans onvoldoende voedingsstoffen via de voeding opnemen, waardoor ze kunnen verzwakken of ziek(er) worden. 'Wanvoeding is een niet te onderschatten probleem in de zorgsector en wordt vaak opgelost door het toedienen van voedingssupplementen, zoals extra vitamines', zegt Bart Geurden, verpleegkundige en docent aan de Universiteit Antwerpen en de Karel de Grote Hogeschool. Zelf is Geurden niet overtuigd van de zin van die aanvullende supplementen en gelooft hij meer in oplossingen met gewone voeding. 'Je kunt via aangepaste bereidingen voeding ontwikkelen die wel smaakt, waardoor de patiënten weer met meer plezier eten, wat overigens hun levenskwaliteit ten goede komt.'

|| 'Er is meer aandacht nodig voor lekker eten in de zorgsector, aangepast aan de smaakhandicaps van de patiënten.'

- Bart Geurden, docent verpleegkunde

Proefproject

Kan dat dan, eten maken dat weer smaakvol is voor mensen met smaakstoornissen? 'Zeker wel', zegt Edwig Goossens, culinair expert in de zorgsector. Goossens heeft een jarenlange ervaring met het bedenken van voedselbereidingen aangepast aan de specifieke noden van patiënten met allerhande smaakhandicaps. Meer nog, Goossens runt in Leuven een Center for Gastrology, waar volop gezocht wordt naar hoe je voeding doet smaken voor personen met een verminderde eetlust, door smaakwijzigingen als gevolg van chemotherapie, door slik- en kauwproblemen, of gewoon door hoge leeftijd (met de jaren vermindert onze smaakgevoelzaamheid). Goossens leidt chefs in binnen- en buitenland op om smaken aan te passen aan individuele smaakprofielen. Zelf noemt hij zijn vakgebied gastro-engineering.

Bart Geurden en Edwig Goossens staken de koppen bij elkaar, bestuderen de schaarse literatuur over de aanpak van smaakveranderingen bij kankerpatiënten en zetten een proefproject op een dienst oncologie op. Het doel was een broodrecept te bedenken voor kankerpatiënten met een smaakhandicap door chemotherapie. Met de knowhow van culinair experts Goossens en Andy Verroeye werd het zogenaamde O-concept met bijbehorende O-box ontwikkeld (de 'O' staat voor oncologie): een doos met flesjes waarmee de 5 basissmaken van kankerpatiënten getest kunnen worden.

Individuele smaakprofielen

Bart Geurden: 'Met de O-box deden we smaaktests bij de deelnemende patiënten en stelden we individuele smaakprofielen op. De patiënten gaven aan welke basissmaken ze het lekkerst vinden, en op basis van die resultaten ontwikkelde een hoger opgeleide chef een individueel aangepast recept voor brood waarin die basissmaak geaccentueerd werd.'

Zo'n brood vind je niet bij de bakker, dus kregen de deelnemende patiënten een oventje mee waarmee ze thuis aan de slag gingen. In een klassiek broodrecept naar keuze werd een gedeelte van het water vervangen door een smaakversterkende stof aangepast aan het individuele smaakprofiel en de smaakhandicap, zoals appelsap, tijm, limoen of venkel. Het brood smaakt eigenaardig voor mensen zonder smaakstoornissen, maar bleek wel een lekkernij voor de betreffende kankerpatiënt.

De deelnemende patiënten waren zeer tevreden over het experiment. Een bijzonderheid van de nieuwe benadering is dat smaakgewaarwording zeer individueel is, ook voor kankerpatiënten met een smaakhandicap. 'In het proefproject waren daardoor geen 2 broden dezelfde voor de geteste kankerpatiënten', zegt Geurden.

Eerst lekker, dan gezond

Een interessant project op een nog onontgonnen terrein, zo blijkt. Of smaakaanpassing van maaltijden voor mensen met smaakproblemen (niet alleen kankerpatiënten) op grote schaal realiseerbaar is, zal de toekomst moeten uitwijzen, want de aanpassingen moeten steeds uitgaan van het individuele smaakprofiel. 'We hopen in de toekomst zoveel mogelijk gegevens te verzamelen, waaruit misschien toch tendensen opduiken', stelt Bart Geurden. 'Het komt er nu op aan meer ziekenhuizen te betrekken.'

<https://weekend.knack.be/lifestyle/culinair/pizza-speciaal-voor-kankerpatienten-lekker-eten-was-lang-geen-prioriteit/article-normal-1390579.html>



De O-box gevuld met achttien geconcentreerde smaken, zoals gember, tijm, pesto en munt. © Brecht Van Maele

'Het is inderdaad een uniek project', beaamt Edwig Goossens. 'In het Center for Gastrology combineren we zorgwetenschap met culinaire wetenschap. We brengen de wetenschappelijke kennis over smaak in de praktijk in de zorgsector.'

Dat doen ze niet alleen voor kankerpatiënten die met chemo behandeld worden. 'Tachtig procent van wat we proeven is op geur gebaseerd', weet Goossens. 'Als ouderen hun reukvermogen verliezen, smaakt het eten minder lekker. Het Center for Gastrology leert chefs die koken voor geriatrische patiënten in de zorgsector hoe ze het eten weer lekkerder maken bij reukverlies. Je kunt bijvoorbeeld extra kruiden toevoegen, of je kunt vlees grillen. Steeds met 1 doel voor ogen: eten weer lekker maken. De nadruk ligt voor ons nu te veel op gezond.'

Lees ook:

[Brouwerij ontwikkelt Borstbier voor vrouwen in chemotherapie \(/nieuws/gezondheid/brouwerij-ontwikkelt-borstbier-voor-vrouwen-in-chemotherapie/article-longread-1174805.html\)](https://nieuws/gezondheid/brouwerij-ontwikkelt-borstbier-voor-vrouwen-in-chemotherapie/article-longread-1174805.html)

[Pizza speciaal voor kankerpatiënten: 'Lekker eten was lang geen prioriteit' \(https://weekend.knack.be/lifestyle/culinaire/pizza-speciaal-voor-kankerpatiënten-lekker-eten-was-lang-geen-prioriteit/article-normal-1390579.html\)](https://weekend.knack.be/lifestyle/culinaire/pizza-speciaal-voor-kankerpatiënten-lekker-eten-was-lang-geen-prioriteit/article-normal-1390579.html)

Reageren op dit artikel kan u door een e-mail te sturen naar lezersbrieven@knack.be (mailto:lezersbrieven@knack.be). Uw reactie wordt dan mogelijk meegenomen in het volgende nummer.