

Voedingssupplementen en voeding bij kanker

Beste lezer, voor u ligt de folder betreft voedingssupplementen en voeding bij kanker van de diëtisten van Adrz. Wij willen u op deze manier op de hoogte brengen van de laatste ontwikkelingen op voedingsgebied.

Interacties voedingssupplementen en voeding gedurende oncologische behandeling

Voedingssupplementen, wat zijn de risico's?

Het gebruik van kruiden- en voedingssupplementen om onder meer bijwerkingen van chemotherapie te verminderen en de kwaliteit van leven te verbeteren, kan mogelijk gevolgen hebben voor de behandeling. Uit onderzoek is gebleken dat verschillende kruiden- en voedingssupplementen een wisselwerking hebben met antikankermiddelen. Deze wisselwerking tussen kruiden- en voedingssupplementen en antikankermiddelen kan leiden tot verlaagde of verhoogde bloedspiegels van het antikankermiddel, met respectievelijk onderbehandeling of extra bijwerkingen tot gevolg. Wanneer u overweegt kruiden- en of voedingssupplementen of andere wijzen van alternatieve geneeswijzen te gebruiken wordt u geadviseerd dit te overleggen met uw behandelend arts en oncologieverpleegkundige.

Voedingssupplementen zijn in verschillende vormen verkrijgbaar, in poedervorm, druppels, capsules, pillen of drankjes. In uw behandelwijzer staat ook beschreven welke specifieke supplementen u niet mag gebruiken bij uw behandeling. Bijvoorbeeld supplementen met Sint-Janskruid, knoflook, kurkuma, groene thee en zoethout kunnen bij verschillende behandelingen niet worden gebruikt.

(Multi)vitaminepreparaten

Als u door kanker of de behandeling niet goed kunt eten, kunt u mogelijk een tekort krijgen aan bepaalde vitamines en mineralen. Het is dan belangrijk om samen met een diëtist uw voedingspatroon door te nemen. De diëtist kan dan bepalen of een supplement nodig is. Belangrijk bij het gebruik van een supplement is dat u niet meer dan de Aanbevolen Dagelijkse Hoeveelheid (ADH) gebruikt.

Als u weer beter gaat eten, of als u verrijkte voeding of drinkvoeding of sondevoeding gaat gebruiken, kunt u in overleg met uw arts of diëtist weer stoppen met het supplement.

Vitamine B17 (abrikozenpitten) is geen echte vitamine. De naam is gegeven aan de stof laetrile. Het slikken van supplementen met vitamine B17 wordt afgeraden omdat het cyanide bevat en daardoor giftig is.

Visolie supplementen bij bepaalde behandelingen

Bij behandeling met Irinotecan, Cisplatin, Oxaliplatin en Carboplatin wordt het gebruik van supplementen met visolie afgeraden vanaf 24 uur vóór, tot en met 24 uur ná de toediening van de chemotherapie. De reden hiervoor is dat visoliesupplementen hoge concentraties van een specifiek vetzuur (PIFA) kunnen bevatten, wat mogelijk een negatief effect heeft op de behandeling.

Glutamine

Glutamine is een aminozuur. Een aminozuur is een bouwsteen van eiwitten. Ons lichaam kan dit zelf aanmaken of halen

Voedingssupplementen en voeding bij kanker

uit ons eten. Echter glutamine in hoge dosering is af te raden omdat het de werking van chemotherapie tegen kan gaan. Wat van nature in onze voeding voorkomt heeft geen nadelige gevolgen.

Kurkuma

Supplementen met kurkuma worden bij de behandeling met Tamoxifen afgeraden, omdat het de werking van Tamoxifen vermindert. Tamoxifen is een medicament, dat als behandeling van hormoongevoelige borstkanker gegeven kan worden. Andere namen voor kurkuma zijn geelwortel, koenjit of turmeric.

U kunt kurkuma wel veilig als specerij gebruiken bij de bereiding van gerechten.

Maca

Maca supplementen worden gemaakt uit een knol uit Zuid-Amerika en worden afgeraden bij patiënten met hormoongevoelige borstkanker.

Mirakelbes

Wordt soms gebruikt bij smaakveranderingen. Het is onbekend of deze supplementen veilig kan worden gebruikt tijdens de behandeling van kanker.

Rode klaver

Rode klaver bevat isoflavonen. Deze isoflavonen lijken erg op de hormonen testosteron en oestrogeen en men vermoedt dat ze een stimulerend effect kunnen hebben op de groei van prostaatkanker en borstkanker. Gebruik daarom geen supplementen met rode klaver.

Voeding

Grapefruit en ander citrusfruit

Grapefruit heeft negatieve effecten op de werking van chemotherapie. Dat komt omdat deze vrucht stoffen bevatten die ervoor zorgen dat de chemotherapie niet goed wordt afgebroken door het lichaam. Zo blijft er meer van het medicijn langer in het bloed. Daardoor is de werking van het medicijn sterker en dat kan weer zorgen voor heftigere bijwerkingen van de chemotherapie. Het advies is om 48 uur voorafgaand aan de start van de chemotherapie tot en met het einde de behandeling geen grapefruit te gebruiken. Dit geldt ook voor pomelo, ugli, mineola, tangelo en de zure sinaasappel (ook wel Sevilla sinaasappel genoemd). Dit zijn kruisingen van grapefruit met een andere citrusvrucht. Let op: grapefruit of bovenstaande vruchten kunnen ook verwerkt zijn in sappen of (vruchten)salades.

U kunt wel gebruik maken van sinaasappels, mandarijnen, citroenen en het sap van deze vruchten gewoon eten en drinken voor, tijdens en na de chemotherapie.

Groene thee

In het algemeen wordt het afgeraden om grote hoeveelheden groene thee (> 1,5 – 2 L) of groene thee supplementen te gebruiken als je kanker hebt. Het blijkt dat een hoge dosering groene thee bij mensen met kanker kan zorgen voor schadelijke effecten zoals levertoxiciteit, overgeven, diarree en buikpijn.

Bij behandeling met Bortezomib (Velcade) is het advies om geen groene thee te drinken, omdat groene thee de werkzaamheid van de behandeling kan verminderen.

Soja

Soja bevat isoflavonen. Deze isoflavonen lijken erg op de hormonen testosteron en oestrogeen en men vermoedt dat deze stoffen een stimulerend effect kunnen hebben op de groei van prostaatkanker en borstkanker.

Het advies is nu om maximaal 2-3 porties sojaproducten per dag te gebruiken. Eén portie is één beker of één glas sojamelk of één vleesvervanger zoals tempéh of tofu. Supplementen met soja kunnen grote hoeveelheden isoflavonen bevatten, gebruik daarom deze niet.

Suiker

Er wordt vaak gezegd dat suiker de tumor laat groeien. Hiervoor is echter geen wetenschappelijk bewijs. Natuurlijk gebruikt een tumor voedingsstoffen, zoals alle lichaamweefsels. Echter zijn er geen betrouwbare aanwijzingen dat suiker in de voeding aan extra groei van de tumor bijdraagt. Wel kan het gebruik van suiker en producten waar suiker aan is toegevoegd gemakkelijk leiden tot overgewicht. Maar bij een slechte voedingstoestand, onbedoeld gewichtsverlies en slechte eetlust als gevolg van ziekte of behandeling kan het gebruik van suiker nuttig zijn om een goed gewicht te behouden.

Voor meer informatie of indien u een persoonlijk advies van een diëtist wilt kunt u dit aangeven bij uw arts of oncologieverpleegkundige.

Contactinformatie

Heeft u naar aanleiding van deze folder nog vragen, dan kunt u contact opnemen met de diëtist:

Telefonisch via 088 125 00 00 op werkdagen tussen 08.00 en 13.00 uur. U kunt ook een e-mail sturen naar dietetiek@adrz.nl of gebruikmaken van het contactformulier op onze website www.adrz.nl.