

# Whipple : conseils diététiques après la sortie de l'hôpital

## informations à l'attention des patients

Après une opération de Whipple, il suffit généralement d'avoir une alimentation équilibrée et variée. Comme une partie du tube digestif a été enlevée, vous pouvez mal supporter les aliments très sucrés ou gras.

Nous conseillons de faire de petits repas fréquents, afin d'éviter les ballonnements et de donner le temps à votre corps de digérer les aliments. Veillez en outre à ce que votre alimentation contienne suffisamment de calories et de protéines afin d'éviter une perte de poids.

### REMARQUES IMPORTANTES

- Alimentation équilibrée et variée
- Repas fréquents : 6 à 8 petits repas, toutes les 2 à 3 heures
- Petites portions
- Suffisamment de calories et de protéines
- Manger lentement et bien mâcher

## EXEMPLE DE RÉGIME ALIMENTAIRE APRÈS LA SORTIE DE L'HÔPITAL

- X Petit-déjeuner : 2-3 tranches de pain avec de la margarine et une garniture sucrée ou salée
- X Dans la matinée : bol de soupe
- X Midi : petite portion d'un repas chaud
- X Après-midi : collation comme par exemple produit laitier, un fruit, un biscuit ...
- X Soir : 2-3 tranches de pain avec de la margarine et une garniture sucrée ou salée
- X Le soir tard : collation comme par exemple produit laitier, un fruit, biscuit ...

En cas de problèmes, vous pouvez nous contacter :  
tél. 016 34 10 90  
e-mail [gastrodietet@uzleuven.be](mailto:gastrodietet@uzleuven.be)