

# Whipple et diabète sans insuline : conseils diététiques après la sortie de l'hôpital

## informations à l'attention du patient

Après une opération de Whipple, il suffit généralement d'avoir une alimentation équilibrée et variée. Vu que le diabète a été diagnostiqué, il reste important de limiter les sucres rapides dans l'alimentation. 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
- Dans le cadre du diabète, il est important de faire les bons choix pour des produits laitiers, les fruits et les biscuits. Votre diététicien(ne) pourra vous y aider.

## 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 non-sucrée ou salée
- X Dans la matinée : bol de soupe (éventuellement avec une biscotte)
- X Midi : petite portion d'un repas chaud
- X Après-midi : collation comme par exemple un produit laitier non-sucré, un fruit, un biscuit sec ...
- X Soir : 2-3 tranches de pain avec de la margarine et une garniture non-sucrée ou salée
- X Tard le soir : collation comme par exemple un produit laitier non-sucré un fruit, un biscuit sec ...

En cas de problèmes, vous pouvez nous contacter :

tél. 016 34 10 90

e-mail [gastrodieet@uzleuven.be](mailto:gastrodieet@uzleuven.be)