

het **Cambridge**[®] dieet

Informatie voor Artsen

De hierin verstrekte informatie is bedoeld om artsen te helpen bij hun beslissing of het Cambridge dieet als zeer laag energie dieet (VLCD) al dan niet geschikt is voor individuele patiënten en, zo ja, of aanpassing van de dosering van medicijnen moet worden overwogen. Voor meer volledige medische informatie over het Cambridge dieet verwijzen wij u naar het hoofdstuk "Informatie voor Artsen" op onze internetsite www.cambridgediet.nl

CONTRAINDICATIES

Het volgen van een dieet wordt afgeraden voor :

- Zwangere vrouwen en zogende moeders.
- Kinderen jonger dan 14 jaar.
- Mensen met diabetes type I.
- Mensen die in de laatste drie maanden:
 - een hartinfarct of myocardiaal-infarct hebben gehad,
 - een hersenvaatziekte hebben gehad,
 - een zware operatie hebben gehad of
 - wonden hebben opgelopen*.
- Mensen met een instabiele ventriculaire arrhythmias (zelfs wanneer deze met behandeling gestabiliseerd lijkt te zijn).
- Mensen met een verslechterde nier- of leverfunctie.
- Mensen met porfirie.
- Mensen met een ernstige depressie.
- Mensen met anorexia nervosa of boulimia nervosa.
- Mensen met melkeiwitallergie of ernstige lactose intolerantie **.
- Mensen met fenylketonuria ***.

* hierbij is een positieve eiwitbalans noodzakelijk

** dit dieet is op basis van melk

*** dit dieet bevat aspartaam

HET CAMBRIDGE DIEET IN COMBINATIE MET BEPAALDE MEDISCHE STOORNISSEN

Het Cambridge dieet als enige voedingsbron is geschikt voor patiënten die aan de volgende ziektes lijden, op voorwaarde dat dit gebeurt met instemming en onder toezicht van de behandelende arts.

ZIEKTE	BIJVOLGEN DIEET	ACTIE
Angina	Afvallen zal de patiënten goed doen	Aanpassing of vermindering van de medicatie kan noodzakelijk zijn
Hart- en vaatziekten	Wordt niet afgeraden indien de toestand van de patiënt stabiel is; afvallen zal de patiënten met een overgewicht goed doen; cholesterol en coagulatie factoren nemen af	Aanpassing of vermindering van de medicatie kan noodzakelijk zijn
Hart- en vaat- of hersenvaatziekte meer dan 3 maanden geleden	Wordt niet afgeraden indien de toestand van de patiënt stabiel is	Het volgen van het dieet als enige voedingsbron dient onder medisch toezicht plaats te vinden
Jicht	Alle VLCD's veroorzaken een stijging van de serumureinezuur niveaus, hetgeen een aanval in de vroege fases van het dieet kan bespoedigen	Preventieve behandeling met allopurinol wordt aanbevolen voor mensen van wie bekend is dat zij deze ziekte hebben en die het dieet als enige voedingsbron willen volgen
Nierziekten	Hoewel af te raden bij een ernstige nierziekte, kan het dieet in minder ernstige gevallen met voorzichtigheid als enige voedingsbron gebruikt worden	Met de samenstelling van het dieet moet rekening worden gehouden in de besluitvorming over de medische beheersing; drie dagelijkse porties Cambridge dieet leveren tussen de 1,3 en 2,5 gram Natrium, 2,5 gram Kalium en 45 gram Eiwit
Rebound hypoglycemie	Niet afgeraden aangezien deze ziekte zelden van lange duur is	Het innemen van veel vocht vermindert meestal de symptomen
Depressie	Niet afgeraden behalve bij ernstige depressie; afvallen kan een gunstig psychologisch effect hebben op patiënten met overgewicht	Advies van arts vereist; lithium moet worden bewaakt en het kan nodig zijn de dosering aan te passen

Normalerwijze is het Cambridge dieet niet afgeraden. Er is geen bewijs dat het volgen van het Cambridge dieet tot anorexia nervosa leidt. Advies van de (huis)arts is vereist – controleren of de patiënt geen anorexia heeft vóór hij/zij aan het dieet begint. Elke vorm van dieet volgen dient plaats te vinden onder medisch toezicht.

Het Cambridge dieet is niet afgeraden voor mensen met een goede gezondheid. Het advies van de (huis)arts is vereist. Voorzichtigheid is geboden bij het gebruik door mensen met posturale hypotensie.

HET EFFECT VAN HET CAMBRIDGE DIEET OP BEPAALDE MEDICATIES

Net zoals bij alle VLCD's veranderen bepaalde condities door het Cambridge dieet als enige voedingsbron, en door de daaruit voortvloeiende gewichtsafname, hetgeen betekent dat de medicatie misschien moet worden stopgezet, de dosering moet worden veranderd of het dieet met grote voorzichtigheid moet worden gevolgd.

MEDICATIE	EFFECT VAN DIEET	ACTIE
Diuretica	De osmolaire diurese die het gevolg is van het lage koolhydraatgehalte van het Cambridge dieet kan, indien gecombineerd met die van de medicatie, aanleiding geven tot een te groot kaliumverlies en hypotensie	De medicatie van diuretica moet worden stopgezet of de dosis moet worden verminderd en er moet aanvullend kalium worden gegeven
Antihypertensiva	Bij 85 % van de patiënten daalt met het lichaamsgewicht tevens de bloeddruk	De medicatie moet worden verminderd of stopgezet wanneer met het Cambridge dieet als enige voedingsbron wordt gestart
Orale hypoglycemie	Bloedsuikerspiegels dalen bij het begin van het dieet vanwege de verminderde inname van koolhydraten en calorieën	De medicatie moet worden verminderd of stopgezet wanneer met het Cambridge dieet als enige voedingsbron wordt gestart
Orale anticoagulantia	De verminderde inname van calorieën verbetert de opname van medicijnen	Het dieet mag alleen met grote voorzichtigheid als enige voedingsbron worden gevolgd en de prothrombintijd moet regelmatig worden bewaakt
Digoxine	De verminderde inname van calorieën verbetert de opname van medicijnen	Het dieet mag alleen met grote voorzichtigheid als enige voedingsbron worden gevolgd en de bloedspiegels moeten regelmatig worden bewaakt
Phenytoin	De verminderde inname van calorieën verbetert de opname van medicijnen	Het dieet mag alleen met grote voorzichtigheid als enige voedingsbron worden gevolgd en de bloedspiegels moeten regelmatig worden bewaakt
Lithium	De verminderde inname van calorieën verbetert de opname van medicijnen	Het bloedlithium moet met grotere frequentie worden vastgesteld
Steroiden	In sommige gevallen kunnen lagere gewichtsafname percentages worden waargenomen	

Enkele mogelijke oorzaken en korte termijn oplossingen

Tijdens de eerste paar dagen van het Cambridge dieet als enige voedingsbron, kan een klein deel van de patiënten bijwerkingen van voorbijgaande aard ondervinden, zoals men die vaak aantreft bij veel andere vermageringsdiëten. De klachten zijn o.a. hoofdpijn, lichte duizeligheid, obstipatie, diarree, misselijkheid, geïrriteerdheid en een droge huid. Voor de meeste mensen zijn de voordelen van het afvallen groter dan deze ongemakken die men op korte termijn mogelijkwel kan ondervinden. Het innemen van voldoende vocht minimaliseert deze lichte bijwerkingen. Per dag moet men tenminste 2,5 liter drinken.

(Ernstige) hoofdpijn – kan zich voordoen als gevolg van uitdroging of, wat minder voorkomt, van koolhydraat- of cafeïne ontwenning. In de meeste gevallen kan het probleem worden verlicht door meer te drinken. Indien dit niet helpt, kan men enkele dagen een eenvoudige pijnstiller innemen.

Obstipatie – de werking van de darmen neemt af omdat het dieet slechts weinig massa

bevat. Door veel te drinken kan men dit probleem verlichten. Indien de patiënt aanleg voor obstipatie heeft kan een natuurlijk massavormend middel, zonder toegevoegde calorieën worden gebruikt, bijvoorbeeld Cambridge Fibre 89 met 89% natuurlijke inuline.

Misselijkheid en diarree – kunnen zich voordoen als gevolg van de concentratie van mineralen en vitamines in het dieet. Veel drinken vóór en na elke portie van het Cambridge dieet of het innemen van een halve portie (en dit zes maal per dag) kunnen deze symptomen verlichten. Sommige patiënten met een aanhoudende diarree kunnen aan een, tot dusver onopgemerkte, lactose-intolerantie lijden.

Tijdelijk haaruitval is zeldzaam en alleen bij mensen die veel gewicht verliezen over een lange periode. Bovendien gemiddeld haaruitval gebeurt bij ongeveer 10% van patiënten die een VLCD over een lange periode gebruiken. Als het gebeurt, is het verspreid en niet volledig. Hoewel het voor de client uiteraard zorgwekkend is, is het ook onschadelijk en tijdelijk. Het haar begint binnen een paar maanden weer te groeien.

Meer informatie

Voor meer informatie neem contact op met:

Cambridge Health Plan Benelux BV

Maanlander 23

3824 MN Amersfoort

Tel.: 033-4553237

Fax : 033-4553370

E-mail: info@cambridgediet.nl

of kijk op onze internetsite www.cambridgediet.nl

Indien u geïnteresseerd bent kunt u het Engelstalige boek "The Cambridge Diet for Health Professionals" gratis opvragen bij Cambridge Health Plan Benelux B.V.