Medisch Spectrum Twente
een santeon ziekenhuis

Intake

Naam patiënt: ……

Geboortedatum: ……

Doelen:

Dag 0 **minimaal 300 Kcal**

Dag 1 en verder **minimaal 600 Kcal**

Geef middels punten aan hoeveel u per dagdeel heeft gegeten.

1 punt is +/- 50 Kcal.

Goede voeding draagt bij aan een betere wondgenezing, behoudt van spierkracht en minder kans op complicaties.

1 punt

- Fruit(salade)
- Smoothie
- Vruchtensap
- Appelmoes
- Vruchtenmoes
- Melk
- Karnemelk
- Yoghurt naturel
- Ei

2 punten

- Beschuit, cracker en ontbijtkoek met boter en beleg
- Maaltijdsoep (150ml)
- Snacks

3 punten

- Alle soorten brood met boter en beleg
- Vanille vla
- Drinkontbijt
- Vruchtenyoghurt
- Pap

4 punten

- Pistolet, croissant met boter en beleg
- Roomijs
- Vruchtenkwark
- Kleine warme maaltijd

8 punten

- Maaltijdsalade vegetarisch en gewoon (normale portie)

9 punten

- Normale warme maaltijd

Datum	Ochtend	Tussendoor ’s morgens	Lunch	Tussendoor ’s middags	Avondeten	Tussendoor ‘s avonds	Totaalscore
……..							……..
……..							……..
……..							……..
……..							……..
……..							……..
……							……..
……..							……..

Medisch Spectrum Twente
een santeon ziekenhuis

Mobilisatie lijst

Doelen:
Dag 0: **minimaal 2 uur op de stoel of wandelen**
Dag 1: **minimaal 6 uur op de stoel/wandelen**
Dag 2 en verder: **minimaal 8 uur op de stoel/wandelen**

Geef per dagdeel aan hoeveel minuten u uit bed bent geweest. Dit houdt in staan, lopen en/of zitten.
Door te bewegen behoudt u spierkracht. Dit bevordert uw herstel en vermindert de kans op complicaties.

Datum	Ochtend	Middag	Avond	Totaalscore
……..				……..
……..				……..
……..				……..
……..				……..
……..				……..
……..				……..
……..				……..