

Als eten moeilijk is...

Ik ga op reis en ik neem mee...



De vakantieriebels zijn er weer! En voor een geslaagde vakantie is een goede voorbereiding de helft. Dus: 'ik ga op reis en neem mee...' Een spelletje van vroeger, maar het werkt nog steeds. Even het lijstje afwerken: controle medicijnen, flesjes dieetvoeding mee (eventueel bijbestellen), een kuur antibiotica voor alle zekerheid. Check en nog eens check. Zo vervelend als je iets zou vergeten. Een reservestemprothese, filters met de bijbehorende benodigdheden, de adressenlijst van de NSvG met ziekenhuizen in het buitenland... Zo, de vakantie kan beginnen.

Pensionboerderij

Wanneer wij naar de pensionboerderij in Oostenrijk gaan, nemen we halfpension.

Vooraf bellen we met de gastvrouw. 'Bert kan alleen nog vloeibaar eten, is daarvoor een mogelijkheid?' Het heerlijke antwoord: 'Geen probleem, laat maar weten hoe je het hebben wilt'.

Bij aankomst word ik uitgenodigd in de keuken om de mogelijkheden door te nemen. Het ontbijt zal prima gaan en overdag zorgen wij zelf voor de lunch. In hoge glazen worden het voor-, hoofd- en nagerecht geserveerd, feestelijk en lekker. Zelfs de taart is vloeibaar! Na een dag vol activiteiten is dit voor ons echt genieten.

Koude soep

Vakantie met de caravan is ook ideaal, want dan koken we zelf. Omdat Bert vloeibaar eet,

nemen we als extra mee: blender, staafmixer en hoge glazen. Dit geeft gemak en rust. In de zomer kan een koude soep ook lekker zijn. Dus doe ik, gemakkelijk drinkbaar voor Bert én ruimte besparend, de soep in een plastic fles: twee vliegen in een klap!

Zo wordt het een avontuur, ik krijg er weer zin in. <<

Marja is partner van de gelaryngectomeerde Bert Lukkien. In deze column geeft zij tips over voeding voor mensen die moeilijk kunnen slikken en/of alleen vloeibaar kunnen eten.