

# Reuk- en smaakveranderingen bij chemotherapie

## Wat kunt u als diëtist doen?



2 op de 3 patiënten die chemotherapie ondergaan, krijgen te maken met reuk- en/of smaakveranderingen.

Smaakveranderingen komen vaker voor dan reukveranderingen.

Veranderingen in reuk- en smaakvermogen zijn vaak tijdelijk en verdwijnen bijna altijd binnen een aantal weken tot maanden na de behandeling.

Het reuk- en smaakvermogen spelen een belangrijke rol in voedselkeuzes en voedselinname. Reuk- en smaakstoornissen kunnen leiden tot veranderde voedselvoorkeuren, een verminderde inname en voedselaversies. Dit kan gewichtsverlies en uiteindelijk ondervoeding veroorzaken. Ook kunnen veranderingen in reuk- en smaakvermogen invloed hebben op de kwaliteit van leven van de patiënt.

Een verminderde voedingsstatus kan een belemmering zijn tijdens de behandeling en het herstel. Daarom is het belangrijk om te weten waardoor reuk- en smaakstoornissen ontstaan en wat u kunt doen. Deze factsheet geeft u informatie over reuk- en smaakstoornissen en concrete tips en adviezen.

Deze factsheet is een uitgave van de Wetenschapswinkel van Wageningen University & Research in het kader van het project 'Reuk- en smaakveranderingen bij kankerpatiënten', in samenwerking met Stichting HungerNdThirst. Heeft u vragen? Neem contact op met Stichting HungerNdThirst ([info@hungerndthirst.org](mailto:info@hungerndthirst.org)).



## Reuk- en smaakstoornissen

- Veranderingen in het reuk- en smaakvermogen kunnen optreden bij chemotherapie. Chemotherapie valt de snel delende cellen aan. De receptoren voor reuk en smaak zijn ook snel delende cellen, waardoor veranderingen in reuk en smaak een ongewenste bijwerking van de behandeling kunnen zijn.
- Of er veranderingen optreden en in welke vorm is afhankelijk van het type en de locatie van de kanker, de soort chemotherapie en de patiënt zelf.
- Verstoringen van het reuk- en smaakvermogen kunnen op 3 verschillende niveaus plaatsvinden:
  - *Versterkte, verminderde of geen gevoeligheid voor geur/smaak*
  - *Verstoring van de waarneming van geur/smaak;*
  - *Geur- en/of smaakhallucinaties.*



## Adviezen

- Door veranderingen in reuk- en smaakvermogen kunnen er veranderingen in voedselvoorkeuren ontstaan. Veel voorkomende zijn aversies tegen vlees of koffie. Bied bij een aversie tegen vlees goede alternatieven voor voldoende eiwitinname.
- Bied patiënten ook hulp bij problemen in het dagelijks leven. Reuk- en smaakveranderingen hebben ook invloed op het sociale leven van de patiënt, doordat eten geen spontane gebeurtenis meer is. Maak bespreekbaar hoe de klachten invloed hebben in de thuissituatie.
- Schakel een mondzorgkundige in wanneer er mondklachten optreden bij de patiënt. Door beschadigingen in de mond of veranderingen in speekselproductie kunnen klachten verergeren en zijn bepaalde voedingsmiddelen niet prettig om te eten.
- Kijk met de patiënt naar alternatieven voor producten die niet meer smaken. Stel samen een smaakvol én volwaardig voedingspatroon op.
- Probeer samen met de patiënt voedingsmiddelen uit die verschillen in smaak, structuur en intensiteit om zo te ontdekken wat het beste smaakt.

