

# Mad og drikke til patienter med skrumpeliver

Til patienter og pårørende

Når du har skrumpeliver, har din krop brug for et dobbelt så stort behov for protein som raske.

Protein er kroppens byggemateriale. Det findes i mælk og syrnede mælkeprodukter, fjerkræ, fisk, skaldyr, ost og æg. Det findes også i proteindrikke, som har et højt indhold af energi og protein. Det er ofte lettere at drikke end at spise, og det er derfor en god ide at supplere din mad med mælk og proteindrikke.

Proteindrikke kan købes på apoteket. Lægen kan lave en recept, så du kan få dækket 60 % af udgifterne. Drik typisk 2-3 proteindrikke dagligt.

Det kan være svært at spise en stor mængde protein, hvis du har nedsat appetit. Hvis du er begyndt at spise mindre portioner eller springe måltider over, skal du forsøge at spise mange små portioner i løbet af dagen eller erstatte nogle af dine måltider med proteindrikke.

Det er også vigtigt, at du drikker en proteindrik eller spiser noget proteinrig mad, inden du går i seng, så du undgår en lang periode uden protein.

Hvis du ikke får protein nok, vil du tabe muskler og mangle vitaminer. Du vil derfor have behov for vitamintilskud.

Hvis din appetit er meget lille, bør du tale med lægen, som kan henvise dig til en diætist.