DE TIJD ZATERDAG 2 JANUARI 2021

Ondernemen

Het AZ Zeno in Knokke teelt alle groenten die het serveert zelf, samen met een bioboer. 'We verwerken die ook allemaal zelf', zegt chef catering Pieter De Smet (rechts). © WOUTER VAN VOOREN

Op het ziekenhuismenu: limousin met venkelpesto

Het **Knokse ziekenhuis AZ Zeno** pioniert met voeding als onderdeel van therapie. 'Met voeding bereik je soms meer dan met medicatie.' De aanpak dient nu als voorbeeld voor nieuw Vlaams onderzoek naar de mogelijkheden van gepersonaliseerde voeding. Een blik in de potten.

STEPHANIE DE SMEDT

Pieter De Smet trekt een poort open achteraan het gebouw van het AZ Zeno in Knokke. Buiten staan grote houten kisten vol knolselders, flespompoenen en hokkaido's. De aarde hangt er nog aan. 'Ze komen recht van het veld', zegt De Smet, sinds vijf jaar chef catering in het ziekenhuis. Dat veld is een 1,5 hectare grote moestuin een kilometer verderop waar het AZ Zeno al zijn groenten teelt in samenwerking met een bioboer. 'We verwerken die allemaal zelf.' Hij lacht. 'Toen we de directie voorstelden om dit te doen, zeiden sommigen 'maar Pieter, wat ga je doen met 3.000 kilo pompoenen?' Intussen is iedereen mee en verwerken we nog veel meer pompoenen.'

Onder leiding van De Smet heeft het AZ Zeno zijn voedingsaanpak radicaal omgegooid. De hele keten: van de producten waarmee gekookt wordt tot wie wat waarom op zijn bord krijgt. 'Eten is een deel van onze ziekenhuiscultuur. Die draait om mensen zich goed te laten voelen, maar ook om ze te geven wat goed voor hen is. Dat gebeurt nog veel te weinig. Onze ziekenhuisapotheker zegt met een boutade: met voeding bereik je soms meer dan met medicatie.'

De Smet en zijn team pionierden de voorbije jaren met zijn aanpak en intussen groeit de interesse. 'We krijgen vragen van overal om te kijken hoe we het doen', zegt hij. Het nieuwe Vlaamse initiatief NuHCas (*zie inzet*) bundelt onderzoek naar het inzetten van voeding in de gezondheidszorg en naar de businesskansen die dat biedt voor Vlaamse bedrijven. Het kijkt nadrukkelijk naar Knokke als voorbeeld. 'We zitten in januari samen. Het is de bedoeling om samen met de industrie en de wetenschap meer in te zetten op innovatie', legt De Smet uit. 'Met de hogeschool Vives spreken we ook over een specifieke opleiding. Iedereen die aan tafel zit, heeft begrepen dat we hiermee aan de slag moeten.'

Er is een kloof tussen de theorie en de praktijk. We weten dat darmen een cruciaal orgaan zijn. Toch gebeurt het dat iemand na een zware operatie en drie dagen infuusvoeding stoofvlees met frieten krijgt.

Pieter De Smet
Chef catering AZ Zeno in Knokke

Ondervoeding

De Smet slaat bruggen naar wetenschappelijk onderzoek, maar vooral de interne organisatie in het eigen ziekenhuis werd de voorbije jaren op punt gezet. Te beginnen met de aankooporganisatie. 'Alles begint bij de ingrediënten', vertelt hij. 'Die zijn bij ons zo veel mogelijk vers, lokaal en duurzaam. Onze eigen groenten, vlees van limousinkoeien uit de streek, elke dag vis uit Zeebrugge. Waarom zouden we pangasiusfilets kopen van duizenden kilometers ver, die - soms jaren - in de diepvries hebben gezeten? Duurzaamheid is belangrijk. We kiezen bewust niet voor eieren uit legbatterijen, maar van hennen met vrije uitloop. Melk komt van weidekoeien.'

Na de grondstoffen komt de verwerking. 'We doen letterlijk alles zelf. We kopen geen vol-au-vent, maar kippen die we van a tot z bereiden. We maken onze eigen soep, mayonaise en champignonsaus. Hier geen industrieel verwerkte maaltijden, we weten van alle gerechten wat erin gaat.'

Daarvoor investeerde het ziekenhuis, dat vier jaar geleden naar een nagelnieuw gebouw verhuisde, in een extreem uitgeruste keuken. 'Die knolselders bereiden vraagt wat werk', wijst De Smet naar buiten. 'Maar we hebben daar toestellen voor. En we zijn vooral anders georganiseerd: andere ziekenhuizen bereiden elke dag wat nodig is voor die dag. Onze planningen lopen dagen vooruit.'

Hij trekt de deur open van een frigoruimte waar een hoop vacuüm verpakte maaltijden liggen. 'Omdat we met speciale pasteurisatiemachines en hightech koelinstallaties werken, kunnen we het kookproces op precies het juiste moment stopzetten. Om zo veel mogelijk voedingswaarde en smaak te behouden, maar ook om perfect te weten hoelang we iets kunnen bewaren, tot weken ver. Zo bouwen we een bibliotheek op waarmee we menu's samenstellen. Dat laat toe om te variëren, maar ook mensen te laten kiezen. Als iemand eens iets anders wil, kan dat: we kijken wat we hebben.'

© WOUTER VAN VOOREN

Minstens even belangrijk als wat en hoe gekookt wordt, is de volgende stap: wie wat krijgt. Voedingswetenschappers weten al langer dat wat iemand eet bepalend kan zijn voor de gezondheid. Alleen wordt dat te weinig toegepast, gelooft De Smet. 'Er is een kloof tussen de theorie en de praktijk. We weten allemaal dat darmen een cruciaal orgaan zijn. Toch gebeurt het dat iemand na een zware operatie en drie dagen infuusvoeding prompt een bord stoofvlees met frieten krijgt, omdat dat het menu van de dag is. Elke gastro-enteroloog zal je vertellen dat je op dat moment beter de darmen rustig op gang laat komen. Alleen gebeurt dat overleg met de keuken niet.'

Dankzij hightechmachines kunnen we het kookproces op het juiste moment stopzetten: om zo veel mogelijk voedingswaarde en smaak te behouden, en om perfect te weten hoelang we iets kunnen bewaren.

Pieter De Smet
Chef catering AZ Zeno

Het idee: eten als hefboom voor het genezingsproces, maar ook als onderdeel van de gezondheidszorg. 'Sarcopenie, een verlies aan spiermassa en spierkracht, is een groot probleem bij oudere mensen. Daardoor vallen ze meer en hebben ze meer koud. Vaak wordt dat opgelost door mensen eiwitpreparaten te geven. Maar iemand van 85 jaar die 's morgens een eiwitrijk preparaat drinkt, verliest zijn eetlust en dan riskeer je ondervoeding. Wij pakken dat anders aan. Samen met onze geriater zoeken we oplossingen met gewone voeding. Studies tonen aan dat een gezond darmmicrobioom essentieel is voor een gezonde aanvoer van eiwitten en energie. En uit onderzoek samen met wetenschappers weten we dat het magnesium in het loof van bepaalde groenten daartoe kan bijdragen.'

'Op ons veld kweken we veel venkel. Als je dat koopt in de supermarkt, koop je alleen de knol. Wij gebruiken ook de venkeltakken. Daar maken we pesto van. Die geven we aan onze oudere patiënten. Dat is een driedubbele win: als je die pesto mengt met pasta of rijst, dan kunnen mensen - zelfs als ze veel beven - nog gemakkelijk zelf eten. Het is ook smakelijk, dus ze zullen meer eten. En er is het gezondheidsvoordeel.'

Het ziekenhuis heeft een multidisciplinaire werkgroep, rond een microbioloog, die over de voedingsaanpak nadenkt. 'Ik heb ook een eigen team van diëtisten dat bekijkt wat de mensen in het ziekenhuis elke dag moeten krijgen', zegt hij. 'We doen daarvoor dagelijks een ronde. Je moet absoluut naar het geheel kijken: heeft het zin een patiënt een boterham op zijn bed te geven waar de korsten vanaf gesneden zijn als je die in de namiddag naar de kinesist stuurt? Dat is niet coherent. Laat die naar de refter stappen en zelf de korsten afsnijden, als dat kan. Zo stimuleer je beweging en betrek je de patiënt. Het gaat ook daarover.'

'Het klinkt allemaal logisch', knikt medisch directeur Philippe Duyck. 'Toch gebeurt het amper. Ja, we kennen glutenvrij eten en een paar zaken. Maar onszelf echt de vraag stellen waarvoor voeding kan dienen? Wat heeft een hartpatiënt specifiek nodig? Hoe zit het met ouderen en kinderen? Kanker- of psychiatrische patiënten? Een bepaalde situatie vraagt eten op maat en daar gaan we ver in.'

Rijke sponsors

Daar hangt uiteraard een prijskaartje aan. Maar de patiënt merkt er niets van in de factuur, benadrukt De Smet. 'Het is niet omdat het hier Knokke is, dat dat kan. Onze tarieven zijn aan de lage kant. We zijn er niet alleen voor de *rich and famous*.' Enerzijds drukt hij de kosten zo veel mogelijk door rechtstreeks aan te kopen bij leveranciers, door lokale aanvoer en door het afval in de keten fors te beperken. Omdat de keuken ook kookt voor de ouderenzorgcentra van De Lindeboom en de kinderdagverblijven van De Duinhuisjes in de buurt, boekt ze schaalvoordelen. 'Een kritieke succesfactor.'

De keuken is een zware verliespost, ja. Maar dat compenseren we door elders te besparen. Niet op onze zorg.

Philippe Duyck
Medisch directeur AZ Zeno

Anderzijds is het een doelbewuste keuze van het ziekenhuis, zegt Duyck. 'De keuken is een zware verliespost, ja. Maar dat compenseren we door elders te besparen. Niet op onze zorg, maar bijvoorbeeld op energie. Desnoods zoeken we creatieve financieringsoplossingen.' Zo is voor een oncologisch welzijnshuis, dat in 2021 op de site moet verschijnen en dat de nieuwe voedingsprincipes toepast voor kankerpatiënten, aangeklopt bij rijke sponsors.

'We zijn de boer opgegaan en hebben al 150.000 euro opgehaald', zegt Duyck. 'Idem dito voor een voedselbos van zo'n 3 hectare dat we hier willen opzetten. We willen er kruiden en fruit aanplanten. Voor eigen gebruik, maar ook voor ergotherapie bij psychiatrische patiënten of voor scholen. We praten met iemand die bereid is daarvoor te betalen met zijn bedrijf. Dat zegt wel wat. Mensen zijn geïnteresseerd in ons verhaal en zijn bereid daar centen in te steken.'

De Smet knikt tevreden. 'We kunnen niet meer terug.' Hij toont zijn wall of fame: de achterkant van de deur van zijn keukenkantoor, vol bedankbriefjes van patiënten. Eentje van wijlen topchef Guy Van Cauteren over de 'troost' van lekker eten. 'Daar doen we het voor. Koken is geen kunst of hocus pocus, maar pure ambacht. En veel hard werk van de hele ploeg.'

'Vlaanderen kan voortrekkersrol spelen in voedingswetenschap'

In vergelijking met andere disciplines staat de voedingswetenschap nog in de kinderschoenen, maar de interesse in gepersonaliseerde voeding groeit. Het nieuwe Vlaamse open innovatiecentrum NuHCas, een initiatief van de speerpuntcluster Flanders' Food, het kenniscentrum ILVO, de hogeschool Vives, POM West-Vlaanderen en TUA West, speelt daarop in: in eerste instantie met onderzoek naar voeding als medische therapie, in tweede instantie naar preventie om mensen langer gezond te houden. Die expertise moet helpen bij de aanpak van problemen door vergrijzing of obesitas, of bij chronische aandoeningen als parkinson of diabetes. 'De markt van gepersonaliseerde voeding breidt snel uit en Vlaanderen kan internationaal een voortrekkersrol spelen', klinkt het. Dat moet kansen bieden voor de Vlaamse voedingsindustrie: van fabrikanten van grondstoffen, de verwerkingsindustrie, cateringbedrijven, verpakkingsproducenten tot machinebouwers en technologiebedrijven.