

Nienke ten Hoor-Aukema



Mijn passie voor eten stamt uit mijn vroege jeugd. Ik groeide op met diëten en voedingsinterventies. Mijn moeder was een geweldige kok, maar omdat zij aan een chronische leverziekte leed, had zij diverse voedsel beperkingen. Toch aten wij thuis lekkerder dan bij vriendjes. Na mijn Docentenopleiding Voeding & Gezondheid in Groningen rondde ik in 1975 de studie Voeding & Dietetiek af in Den Haag. Mijn eerste baan was in het Academisch Ziekenhuis in Groningen, waar ik klinische ervaring op deed op verschillende afdelingen, voornamelijk interne geneeskunde. Na enkele jaren in Groningen verhuisde ik naar Africa (Rwanda, Nigeria, Ghana en Congo) waar ik me gedurende tien jaar met tropenvoeding bezig gehouden heb.

Aanpak: Gezondheid is meer dan de afwezigheid van ziekte. Veel patiënten hebben al een indrukwekkend medische dossier. Voeding is een van de basis behoeften en een dieet heeft grote impact op zowel psychologische en sociale patronen. Alvorens tot een persoonlijk voedings-, of dieetadvies te komen is het goed om iemands eetgewoonten en leefstijl te kennen. Voeding is een technische wetenschap, daarom maken wij berekeningen van de persoonlijke intake en individuele behoefte passend bij het ziektebeeld. Wij bieden patiënten ook handvatten om zélf de verantwoordelijkheid te nemen voor eigen voeding en dieet. Inzicht in eigen eet-, en leefstijl geven de patiënt handvatten, waarmee zij zelf ervaren, dat zij zich mentaal en fysiek sterker voelen. Er is veel gezondheidswinst te behalen met voedingsinterventie.

Specialisatie: Volwassenen: overgewicht, (morbide) obesitas, weight loss surgery, diabetes type I (insuline afhankelijk) en type II, bloeddruk, kanker, hypercholesterolemie, ondergewicht/ voedingsstoffen tekorten, maag-darmziekten: Colitis ulcerosa, Crohn, obstipatie, coeliacie (gluten intolerantie), voeding gedurende zwangerschap en (top)sportvoeding Kinderen: overgewicht (Club: Fitte Vrienden), obesitas, diabetes type I and II, kanker, ondergewicht, voedingsstoffen tekorten, vegetarische voeding, maag-darmziekten: Colitis ulcerosa, Crohn, obstipatie, coeliacie (gluten intolerantie) en (top)sportvoeding.