

NUTRICIA
Nutridrink



RUOKAVALIOHOITO TOIPUMISEN TUKENA

Potilasopas

RUOKAVALIOHOITO TOIPUMISEN TUKENA

- Riittävä ravinto ja hyvä ravitsemustilan ylläpito on erityisen tärkeää akuutista sairaudesta toipuvalle. Keho tarvitsee energiaa, proteiineja ja muita ravintoaineita toipumiseen. Jos ravinnonsaanti on riittämätöntä sairauden aikana, alkaa keho kuluttaa omia energiavarastojaan sekä lihasmassaa.
- Paino ei saa laskea tahattomasti toipumisen aikana, silloin kuntoutumiselle tärkeä lihaskudos vähenee. Sairaus ja infektiot voivat heikentää ruokahalua, mikä voi altistaa vajaaravitsemukselle. Vajaaravitsemustila lisää infektioriskiä ja vaikeuttaa niistä toipumista, koska keholla ei ole voimia puolustautua infektioita vastaan. Hyvä ravitsemustila tukee osaltaan immuunijärjestelmää.
- Aina ei ole helppoa tai edes mahdollista syödä riittävästi. Tällöin ravinnonsaantia voi täydentää kliinisillä ravintovalmisteilla.
- Akuutista sairaudesta toipuvalle suositellaan runsasenergiisiä ja -proteiinisia Nutridrink-valmisteita. Pullollisesta (125 ml tai 200 ml) saat runsaasti energiaa, proteiinia, vitamiineja ja kivennäisaineita. Yhden pullollisen energiamäärä vastaa kevyttä ateriaa tai välipalaa.
- Jos sinulla on vaikeuksia nielemisen kanssa, voidaan sinulle suositella terveydenhuollosta myös rakenteeltaan kiisselimäisiä tai hyytelömäisiä Nutrilis-tuotteita.

RAVITSEMUKSEN TUEKSI

Painoa on hyvä seurata säännöllisesti.

Paino _____ kg	Päiväys _____	Lähtöpaino:
Paino _____ kg	Päiväys _____	_____ kg
Paino _____ kg	Päiväys _____	
Paino _____ kg	Päiväys _____	



Kun ruoka ei maistu, Nutridrink Compact Protein 125 ml täydentää energian, proteiinin ja muiden ravintoaineiden saantia.

Sinulle suositeltu Nutridrink-ruokavaliohoito:

Annostus: _____ pulloa/päivä

- Kesto:
- 4 vkoa
 - 8 vkoa
 - 12 vkoa
 - _____ vkoa

Nutridrink sisältää runsaasti energiaa, proteiinia sekä vitamiineja ja kivennäisaineita. Se tukee normaalin ruokavalion lisänä sairauteen liittyvästä vajaaravitsemuksesta kärsiviä, hauraita ja ikääntyviä saamaan voimansa ja energiansa takaisin.

NUTRIDRINK COMPACT PROTEIN

- 300 kcal, 18 g proteiinia
- 10 eri makuvaihtoehtoa
- Vähälaktoosinen, gluteeniton, halal-sertifioitu

Käyttövinkkejä

- Nauti kylmänä tai lämpimänä
- Voidaan juoda suoraan pullosta tai lasista
- Ihanteellinen ruoan ja juoman rikastamiseen



Lisää kahvin tai
kaakaon joukkoon



Pakasta ja tarjoile
jäätelön tapaan



Lisää smoothieen



Parhaimmillaan
tarjoiltuna jääkaappi-
kylmänä lasista

Avattu pullo säilyy jääkaapissa 24 tuntia.

Nutridrink on kliininen ravintovalmiste sairauteen liittyvän vajaaravitsemuksen ruokavalihoitoon. Käytetään terveydenhuollon henkilöstön ohjauksessa. Saatavana apteekeista.

Lämmin keitto

Ainekset

1 plo (125 ml) Nutridrink Compact Protein Neutraalinmakuista
0,75 dl vettä

1 pussi haluttua pussikeittoa, esim. kukkakaali-parsakaalikeittoa
tai kermaista kanakeittoa

suolaa, pippuria, tuoreita/pakastettuja yrttejä

Lisäksi: ½ dl valmiskrutonkeja

Valmistus

1. Lämmitä Nutridrink Compact Protein Neutraali ja vesi, sekoita
joukkoon pussillinen valmiskeittoa.
2. Mausta suolalla ja pippurilla, viimeistele yrteillä.
3. Tarjoile suuressa kupissa krutonkien kanssa.

Vinkki! Valmista luksusversio keitosta ja lisää siihen katkarapuja,
ravun pyrstöjä, savulohta, fetajuustoa, kinkkusuikaleita tai raastet-
tua parmesan-juustoa.

