

Dietist och sjuksköterska kan ge råd om vilken typ som passar Dig bäst. Listan innehåller de sorter som finns i kökets lager.

Markera de sorter och smaker Du tycker bäst om.

KOMPLETTA (MJÖLKLIKA)

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Fortimel Yoghurt Style | Hallon |
| <input type="checkbox"/> Resource Komplettnäring | Vanilj, Jordgubb/hallon,
Choklad, Aprikos |
| <input type="checkbox"/> Resource 2 kcal Fiber | Skogsbär |
| <input type="checkbox"/> Resource 2.5 Compact | Svarta vinbär/hallon |
| <input type="checkbox"/> Resource 2.5 Compact Fiber | Plommon/mango |
| <input type="checkbox"/> Resource Diabet (d) | Jordgubb, Vanilj |

KOMPLETTA PROTEINRIKA (MJÖLKLIKA)

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Fortimel Compact Protein | Jordgubb, Cappuccino |
| <input type="checkbox"/> Fresubin Protein Energy (d) | Tropisk, Cappuccino,
Smultron, Choklad |
| <input type="checkbox"/> Resource Protein | Choklad, Skogsbär, Aprikos |
| <input type="checkbox"/> Resource Senior Activ (d) | Jordgubb, Krämlig kola |

KLARA (SAFTLIKA)

- | | |
|---|--------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Fortimel Jucy | Jordgubb, Skogsbär, Tropisk |
| <input type="checkbox"/> Fresubin Jucy | Apelsin, Ananas, Körsbär |
| <input type="checkbox"/> Provide Xtra | Svarta vinbär, Apelsin/ananas |
| <input type="checkbox"/> Resource Addera Plus | Hallon/svarta vinbär,
Druva/äpple |

KONSISTENSANPASSADE

- | | |
|---|----------------------|
| <input type="checkbox"/> Fresubin Dessert Fruit | Äpple/persika, Äpple |
| <input type="checkbox"/> Nutilis Complete Stage 2 | Choklad, Vanilj |
| <input type="checkbox"/> Fresubin YOcrème | Citron, Hallon |

ÖVRIGT _____

d = Lämplig vid diabetes pga ett lägre/anpassat kolhydratinnehåll.

FOTO: COLOURBOX

INFORMATION TILL DIG SOM BEHÖVER NÄRINGSDRYCKER



 **Skånes universitetssjukhus**

Godkänt av Nutritionsnätverken på SUS september 2013

När man är sjuk är det viktigt att täcka energi- och näringsbehovet, även om aptiten är liten.

Näringsdrycker innehåller både mycket energi och näring och används som ett komplement till den vanliga maten när man inte kan äta lika mycket som vanligt.

Det finns två huvudtyper av näringsdrycker, kompletta (mjölklika) sorter som kan ha både tunnare och tjockare konsistens och klara (saftlika) sorter som har en tunn konsistens. De olika typerna finns i många goda smaker.

Vissa kompletta näringsdrycker innehåller extra mycket protein. Dessa kan vara bra i samband med många sjukdomar, vid sårhäkning, efter operationer eller om lusten till lagad mat är mindre än vanligt.

Näringsdrycken bör drickas mellan måltiderna för att påverka de övriga måltiderna så lite som möjligt. Mellanmålen kan gärna kompletteras med näringsdryck.

De flesta näringsdrycker smakar bäst när de är kalla. Om näringsdrycken står och blir varm innan Du hinner dricka upp den kan Du be personalen om att få en mindre mängd åt gången.

Vid vissa sjukdomar (tarminflammation, njursjukdom, diabetes mm) kan val av näringsdryck behöva anpassas till sjukdomen. Diskutera med sjuksköterska eller dietist.

NÅGRA PRAKTISKA TIPS

Drick gärna en mindre mängd näringsdryck i taget, flera gånger per dag. Häll med fördel upp näringsdrycken i ett litet glas.

Drick näringsdryckerna mellan måltiderna.

Näringsdryckerna innehåller koncentrerad näring, drick därför inte för fort. Låt det gärna ta 5-10 minuter.

Klara näringsdrycker kan blandas med en liten mängd sockerdricka, cider eller mineralvatten och drickas som en läskande måltidsdryck.

Vissa näringsdrycker smakar gott om de värms, tex choklad och cappuccino.

Vid illamående kan de klara näringsdryckerna fungera bättre än de kompletta.

Vid illamående och doftkänslighet kan det fungera bättre att dricka näringsdrycken med sugrör direkt ur förpackningen i stället för att hälla upp dem i ett glas.

Prova Dig fram till smaker som passar just Dig.