



**VAN, AKI SZÁMÁRA A VILÁGOT JELENTED.  
RAGYOGJ TOVÁBB!**

Betegtájékoztató onkológiai betegek részére

# NUTRICIA

A táplálásterápia speciális, gyógyászati célra szánt élelmiszerekkel segíti Önt a tápanyagok bevitelében, amikor a legnagyobb szüksége van rájuk.

Kérje kezelőorvosa tanácsát az Ön számára megfelelő speciális élelmiszer kiválasztásában, hogy szervezete megkapja a megfelelő táplálásterápiás támogatást daganatos betegség esetén.

## MIÉRT FONTOS, HOGY MINDEN SZÜKSÉGES TÁPANYAGHOZ HOZZÁJUSSON A SZERVEZETE?

Az alultápláltság (malnutrició) egy olyan állapot, amely akkor következik be, amikor szervezete nem jut a megfelelő működéséhez szükséges tápanyagokhoz. Daganatos megbetegedés esetén nagyon gyakori, hogy a szokásosnál kevesebbet eszünk és iszunk, ez pedig azt jelenti, hogy a szervezetünk nem kapja meg a szükséges energiát, fehérjét és egyéb tápanyagokat ebben a fontos időszakban.



Előfordulhat, hogy a daganat és a daganatellenes kezelések hatásai megnehezítik a megfelelő tápanyagbevételt. A kezelések mellékhatásaként az étvágy is csökkenhet.



A kemoterápia befolyásolhatja az ízérzékelést, így egyes ételek és italok élvezhetetlenné válhatnak, emiatt is csökkenhet a tápanyagbevétel.



Még ha normális mennyiségű ételt eszik is, előfordulhat, hogy a betegségből adódóan a teste nem használja fel megfelelően az ételben lévő tápanyagokat, vagy a szokásosnál gyorsabban égeti el az energiát, növelve ezzel a szükségleteit.



## HOGYAN SEGÍT A TÁPLÁLÁSTERÁPIA?



Az Ön számára orvosa táplálásterápiát rendelhet el abban az esetben, ha Ön fogyott, vagy a megszokott étrendje nem biztosít elegendő tápanyagot a gyógyuláshoz. Az iható, speciális élelmiszerek plusz tápanyagbevételt biztosítanak a normál étrend mellett, hogy Ön erősödjön és elérhesse a megfelelő tápláltsági állapotot.

Amennyiben kérdése van, kérdezze orvosát, vagy hívja a Nutricia tanácsadó vonalát: 06-80-223-223

## MIÉRT FONTOS, HOGY MEGTARTSA A TESTSÚLYÁT ÉS ERŐNLÉTÉT?

Az egészséges testsúly megtartása a daganatos megbetegedés alatt számos előnnyel jár:



✓ **Lehetővé teszi, hogy az optimális kezelési dózist megkaphassa:** a kemo- vagy sugárterápiás dózisokat többek között az Ön súlya és magassága alapján számítják ki. Az első diagnózis felállításához képest az Ön súlyában bekövetkezett bármilyen változás befolyásolhatja a kezelési dózist, vagy késleltetheti a kezelést.



✓ **Lehetővé teszi, hogy jobban reagáljon a kezelésekre:** a nem szándékos fogyás vagy a testmagasságához képest az egészségesnél kisebb testsúly csökkentheti a kezelés hatékonyságát.



✓ **Segít, hogy Ön jobban el tudja látni a legszükségesebb feladatait:** az izomerő megtartása segíthet abban, hogy továbbra is elvégezze mindennapi tevékenységeit: pl. felkeljen az ágyból, sétáljon, ellássa az otthoni teendőket.

**A DAGANATOS BETEGEKNEK AKÁR KÉTSZER ANNYI  
FEHÉRJÉRE VAN SZÜKSÉGÜK, MINT AZ EGÉSZSÉGES  
FELNÖTTEKNEK, DE GYAKRAN KEVESEBBET ESZNEK.<sup>1,2</sup>**



**Fontos, hogy az orvos által előírt napi mennyiséget elfogyassza (akár hónapokon át), a terápia hatékonysága érdekében.**

## MIT TEHET MÉG A KEZELÉS EREDMÉNYESSÉGÉÉRT?

A kezelés eredményességéhez nagymértékben hozzájárul a testsúly megtartása! Már 2-3 kg fogyás is fontos információ lehet kezelőorvosa számára! Vigye magával minden vizsgálatra ezt a táblázatot és mutassa meg orvosának.

## ÍGY TÖLTSE KI A TÁBLÁZATOT:

Írja be a jelenlegi testsúlyát és a mai dátumot a sárga mezőkbe.

Mérje a testsúlyát hetente, az eredményt jelölje a táblázatban X-el. Fontos, hogy minden hétnél ugyanazon a napján (például hétfőnként), reggel, étkezés előtt mérje meg a testsúlyát, mielőtt felöltözne.

Fogyás esetén hívja fel orvosa figyelmét a fogyás mértékére!

PÉLDA:*		Hetek	1	2	3	4
Dátum:		01.15.	01.22.	01.29.	02.05.	02.12.
	+4 kg					
	+3 kg					
	+2 kg					
	+1 kg					
Testsúlyom:		82 kg	X	X		
	-1 kg				X	X



A táblázat letölthető változatáért látogasson el weboldalunkra:  
[www.daganatdieta.hu](http://www.daganatdieta.hu)

## TESTSÚLYKÖVETŐ TÁBLÁZAT

Hetek	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Dátum:																
+4 kg																
+3 kg																
+2 kg																
+1 kg																
Testsúlyom:	kg															
-1 kg																
-2 kg																
-3 kg																
-4 kg																
-5 kg																
-6 kg																
-7 kg																
-8 kg																
-9 kg																
-10 kg																

Feltétlenül jelezze orvosának, vagy hívja a telefonos tanácsadás vonalat (06 80 223 223), amennyiben 3-4 kg-ot meghaladó fogyást tapasztal!

# TÁPLÁLÓ TIPPEK

- Az iható speciális élelmiszerek főétkezések után is fogyaszthatók és köztes étkezésként is sokoldalúan felhasználhatók.
- Fogyasztásuk lehűtve kellemesebb. Változatosan felhasználhatók a mindennapi étkezés során, hozzákeverhető ételekhez, italokhoz, gyümölcsös turmixokhoz.
- A kezdeti időszakban lassan, kortyonként fogyassza, egyszerre csak kisebb mennyiséget. Fokozatosan növelje a mennyiséget!
- Az ételkészítés során kerülje a forralást, mert a speciális élelmiszer veszíthet vitamintartalmából.



További receptekért látogasson el a [www.daganatdieta.hu/recept](http://www.daganatdieta.hu/recept) oldalunkra!



## GYÜMÖLCSÖS MÜZLI

### Hozzávalók

- 1 dl eper ízesítésű, speciális gyógyászati célra szánt élelmiszer
- egy marék friss vagy fagyasztott gyümölcs
- gabonapehely
- 1 dl joghurt

### Elkészítés

A speciális élelmiszert és a joghurtot összekeverjük, majd ráöntjük a gabonapehelyre és beleszórjuk a gyümölcsöt. Ha pár percet állni hagyjuk, kellemesen megpuhul a pehely!



## TÁPLÁLÓ TEJESKÁVÉ

### Hozzávalók

- 1 dl vanília ízű speciális gyógyászati célra szánt élelmiszer
- 1 adag elkészített feketekávé (instant kávéból is készíthető)
- ízesítéshez kevés méz, ízlés szerint fahéj szórás a tetejére

### Elkészítés

A feketekávéhoz hozzáadjuk a speciális élelmiszert, megkeverjük, és ízlés szerint ízesítjük. Jégkockák hozzáadásával jéges kávévá varázsolhatjuk!

Ha kérdése merülne fel a speciális élelmiszerekkel kapcsolatban, kérdezze kezelőorvosát vagy hívja a Nutricia tanácsadó vonalát: **06-80-223-223** e-mail: [tanacsadas@nutricia.hu](mailto:tanacsadas@nutricia.hu) Forgalmazó: Danone Kft., 1134 Budapest, Váci út 35. [www.nutricia.hu](http://www.nutricia.hu)  
Kód: ONS24ALLPAT47OFFHU, lezárás dátuma: 2024.05.16.