

ЕНТЕРАЛНО ХРАНЕНЕ



**Подкрепа за балансирано
хранене през целия период
на онкологичното заболяване**

Специалните хранителни нужди на пациенти с онкологични заболявания





Храненето има ключова роля за здравето и заболяванията

Диагнозата рак има огромно въздействие върху Вас и тези, които са близо до Вас. Подкрепата от семейството и приятелите е по-важна от всякога. Ракът засяга ежедневието в много отношения – може да промени връзките, чувствата и хранителните навици. В този момент е особено важно да се поддържа една добре балансирана диета. Някои страдащи от онкологични заболявания пациенти вече са изгубили тегло преди да бъдат диагностицирани, докато други може да изгубят тегло по време на лечението. И в двата случая от голямо значение е поддържане на теглото и наличието на енергия за предстоящата терапия и възстановяване. Това може да бъде подпомогнато от подходящ и разнообразен хранителен режим. Вашето тяло ще получава достатъчно енергия, за да бъде здраво и устойчиво, само когато е осигурено адекватно хранене.

Да се научиш да живееш с рака е трудно изпитание. Вие може би се страхувате или тревожите, или дори се борите с лечението. Тази ситуация може да се отрази на апетита и хранителните Ви навици. Ако имате затруднения при справянето със ситуацията, най-добре е да говорите с болничния екип, който може да Ви насочи към консултация с психолог.





Загубата на телло при пациенти с онкологични заболявания може да е пряк резултат от самия рак или от страничните ефекти на различните видове лечение:

- Туморът и защитните механизми на тялото отделят определни вещества, които повишават енергийните нужди;
- С прогресиране на заболяването, пациентите могат да почувстват симптоми като тежка загуба на телесно телло, загуба на апетит, гадене, анемия (намаляване на червените кръвни клетки), слабост и умора;
- Лечението на онкологичните заболявания като химиотерапия, лъчетерапия и хирургия унищожават както ракови клетки, така и здрави клетки, като тези в устната кухина и храносмилателния тракт. Получените нежелани реакции могат да включват гадене, промени във вкуса, намален апетит, афти в устата, затруднено преглъщане и диария;
- Оздравителният процес, особено след операция води до увеличаване на енергийните нужди и нуждата от хранителни вещества.



Защо пациентите с онкологични заболявания губят телло, дори когато се хранят нормално? Поради увеличените енергийни нужди при раково болните е необходим достатъчен прием на калории и хранителни вещества. Ако има несъответствие между хранителния прием и нуждите, организмът започва да разчита на собствените си резерви като изгаря мазнини и протеини, за да си осигури необходимата енергия. Това прави тялото по-слабо и по-уморено. Важно е поддържането на здравословна диета, състояща се от разнообразни хранителни вещества (например протеини, мазнини и въглехидрати, витамини, микроелементи).

Приемът на достатъчно калории и хранителни вещества може да помогне за поддържане на теллото и да предостави допълнителни ползи:

- По-малко инфекции
- Подобен толеранс към лечението на онкологичните заболявания с отслабени странични ефекти
- По-бързо възстановяване и скъсяване на болничния престой
- Намалване риска от усложнения след операция
- Принос по отношение на по-добра преживяемост



ВИТАМИНТЕ,

особено
антиоксидантите,
са от решаващо значение
за множество
метаболитни
процеси.

ВЪГЛЕХИДРАТИТЕ

осигуряват
на организма гориво,
за да продължи да
функционира и да помогне
на органите да работят
правилно.

МАЗНИНИТЕ

са основен
енергиен източник
като есенциалните
мастни киселини са важни
за контрола на
възпалението и
съсирването
на кръвта.

МИНЕРАЛИТЕ

и микроелементите
изпълняват различни
функции, включително
формирането на костите
и транспорта на
кислород.

ПРОТЕИНИТЕ

са важни за възстановяване
на клетките, изградяване
на мускулите
и поддържане на
ефективна имунна
система.

Следете теллото си, защото това е важно

Често пациентите се стараят да се хранят достатъчно по време на лечението и продължават да губят телло.

Лесни стъпки, които могат да помогнат за увеличаване приема на калории:

- Хранете се по всяко време на деня и късно вечер, не е необходимо да се следва подробен и стегнат график
- Консумирайте храни, които харесвате и правете това всеки път, когато пожелаете
- Яжте по-малки порции, но по-често
- Добавяйте допълнителни висококалорични закуски между основните хранения
- Опитвайте се да поддържате балансирана диета
- Извършвайте ежедневни физически и умствени дейности за стимулиране на апетита
- Отделете по малко време и за да създадете приятна атмосфера по време на хранене. Насладете се на храната!



Опитайте някои от
нашите предложения на
практика и изберете това,
което Ви подхожда най-добре.
Всичко е с цел Вашето благополучие.
Малки промени в поведението
могат да подобрят качеството на живот
неимоверно.



Допълнителни препоръки за специални случаи:

Ако страдате от афти в устата, възпаление на устата или имате затруднено преглъщане:

- Когато е възможно, хранете се с течни, направени на пюре или меки храни (например супи, каша, макаронени изделия)
- Консумирайте храната с напитки, сосове и дресинги за улесняване на преглъщането и се опитвайте да избягвате газирана вода, газирани напитки, както и прекалено топли напитки
- Изплаквайте устата си често, за да се запази лигавицата влажна
- Дъвчете дъвки без захар, за да се увеличи отделянето на слюнка и за да поддържате добра хигиена на устната кухина



Ако страдате от гадене и повръщане:

- Препоръчват се лесно смилаеми храни - меки плодове като банани, обезмаслено кисело мляко, пиле без кожа, картофи, тестени изделия и др. Опитайте се да избягвате много сладки, ароматни, пикантни и мазни ястия!
- Хранете се със сухи, съдържащи скорбяла, обезмаслени, солени продукти като солени обезмаслени бисквити, сухари или трайни солени сладкиши, които успокояват стомаха и стомашно-чревния тракт
- Хранете се в добре проветрени помещения и избягвайте интензивни миризми
- Опитайте да не се храните поне 2 часа преди химиотерапия или лъчетерапия
- Опитайте се да пиете вода, както и билков, и плодов чай

Препоръки за хора, страдащи от диария:

- Приемайте достатъчно количество течности през целия ден. Пийте вода или билков и плодов чай. Опитайте се да ограничите приема на кофеин, газирани напитки и газирана вода, сокове, напитки с високо съдържание на захар и алкохолни напитки
- Към добре поносимите храни се включват: месо (да се избягват колбаси), риба, картофи, моркови, банан, ябълка, макаронени изделия, ориз, варени и задушени зеленчуци, хляб и варени яйца
- Опитайте се да намалите приема на причиняващи газове храни (например зеле, карфиол, лук, боб) и ограничете приема на големи количества плодове
- Млечни продукти като обезмаслено кисело мляко и сирена без мазнини, с ниско съдържание на мазнини или твърди мазни сирена се понасят по-добре
- Пикантните храни трябва да се избягват



За страдащи от хроничен запек:

- Препоръчва се спазването на определени часове на хранене, за да се поддържа добра перисталтика (движение на червата)
- Консумирайте храни богати на фибри като сурови зеленчуци, плодове, пълнозърнести храни, корнфлейкс и овесени ядки
- Пийте най-малко 2,5 литра течности на ден. Плодови сокове, вода и билков чай или плодове са подходящи. Избягвайте сок от грейпфрут, тъй като може да взаимодейства с определени лекарства. Моля консултирайте се с Вашия личен лекар.
- Увеличете приема на кисели храни като кисело мляко, както и кисели сокове
- Спортувайте редовно, за предпочитане всеки ден, тъй като физическата активност стимулира храносмилането

Supportan® DRINK

хранителната терапия за пациенти с онкологични заболявания

Ако нормалното хранене е недостатъчно, перорални добавки към храната, наречени ентерални храни за пиене, могат да спомогнат за поддържане на Вашето телло и енергия. Те съдържат концентрирани хранителни вещества в течна форма. Могат да се използват като добавка към храненето при редовен режим на хранене, когато приемът на храна не е достатъчен и в случаи на недोхранване. Висококалоричните напитки са особено подходящи за тези, които предпочитат напитка между храненията вместо закуска. Ентералните храни за пиене са с особено високо съдържание на калории и спомагат за задържане на теллото. Освен това ентералните храни за пиене могат да спомогнат за осигуряване на адекватен прием на течности и микроелементи.

Supportan® DRINK е разработен специално за пациенти с онкологични заболявания, за да засили хранителния прием и да предотврати загубата на телло.

Supportan® DRINK трябва да се използва само под медицинско наблюдение.



Препоръки за употреба на Supportan® DRINK:

- Не е необходимо ентералните храни за пиене да се съхраняват в хладилник преди да бъдат отворени. Можете да ги носите със себе си и да ги използвате винаги, когато сте гладни или жадни. Могат да се отворят и затворят многократно;
- Може да се използва като закуска между храненията. Не се налага намаляване на нормалното Ви здравословно хранене;
- Консумирането на две напитки на ден ще даде значителен тласък на цялостния хранителен прием;
- Ако имате допълнителни въпроси, попитайте Вашия личен лекар или фармацевт.

Supportan® DRINK

предоставя разнообразни ползи:

- Предлага се в два вкуса: капучино и тропически плодове
- Намалено въглехидратно съдържание и повишено съдържание на протеини и мазнини съобразено с нуждите на пациентите с рак
- Висока енергийна плътност
- Обогатен с витамини и микроелементи
- Обогатен с рибено масло (омега-3 мастни киселини), което допринася за намаляване загубата на телло и подобрява имунния отговор
- Лесно за преглъщане
- Не съдържа глютен, лактоза и ядки
- Пребиотичните фибри регулират и предпазват червата и противодействат на диарията и запека



Често задавани въпроси и отговори за Supportan® DRINK

1 Подходящ ли е Supportan® DRINK за диабетици?

Supportan® DRINK е подходящ за пациенти със захарен диабет. Пациентите с диабет, употребяващи Supportan® DRINK трябва да имат предвид въглеродното съдържание на всеки Supportan® DRINK, който консумират, за да си осигурят адекватно дозиране на инсулин или правилно адаптиране.

2 Подходящ ли е Supportan® DRINK за вегетарианци?

Supportan® DRINK съдържа млечен протеин и рибено масло. Поради това при вегетарианци и вегани трябва да се прецени индивидуално.

3 Сертифициран ли е Supportan® DRINK според юдейските и ислямските правила на хранене?

Всички съставки са сертифицирани според юдейските и ислямските правила на хранене.

4 Подходящ ли е Supportan® DRINK за бременни жени?

Supportan® DRINK може да бъде използван от бременни жени, нуждаещи се от увеличен калориен прием, под медицинско наблюдение.

5 Подходящ ли е Supportan® DRINK за деца?

Supportan® DRINK е разработен, за да покрие хранителните нужди на възрастни. Поради това би могло да се прилага при деца на възраст от 1 до 10 години само след консултация с лекар.

Supportan® DRINK не е подходящ за бебета под 1 година. Моля поискайте допълнителна информация от лекар.



6 Каква е дневната доза?

За допълващо хранене - 2 бутилки дневно. Като основна храна се препоръчват до 5 бутилки дневно.

7 Как да съхранявате Supportan® DRINK?

Да се съхранява на стайна температура. След отваряне да се съхранява в хладилник и да се използва в рамките на 24 часа.

8 Може ли да се добавят лекарства към Supportan® DRINK?

Добавянето на лекарства към Supportan® DRINK не се препоръчва.

9 Възможно ли е антиоксидантите, съдържащи се в Supportan® DRINK да повлияят на противотуморното лечение като лъче- / химиотерапия?

Наличните към момента научни данни не показват неблагоприятни взаимодействия между дозите на антиоксидантите в Supportan® DRINK и противотуморните терапии при вземането на препоръчителната дневна доза.

10 Как се консумира Supportan® DRINK най-добре?

Supportan® DRINK може да се сервира затоплен или изстуден. Може да се смесва с храната. Supportan® DRINK може да бъде затоплян до максимум 70°C (или върху гореща плоча или в микровълнова печка за 1 минута при 700 W). Да не се вари, тъй като това може да намали качеството на съдържащите се протеини и витамини.

Ако имате допълнителни въпроси, свържете се с Вашия личен лекар или фармацевт.



Фрезениус Каби България ЕООД
Офис: Тел. +359 (0) 2 971 02 63; +359 (0) 2 971 02 67
София: Моб. +359 889 902 442; +359 886 177 132
Северна България: Моб. +359 884 289 545
Южна България: Моб. +359 889 996 707
E-mail: contact.bulgaria@freseniuskabi-bg.com
www.fresenius-kabi.com



**FRESENIUS
KABI**

caring for life

