

## INFORMATIONS

au patient bénéficiant d'une prescription

de **COMPLÉMENTS NUTRITIONNELS ORAUX**

### Médecin / Diététicien vous donnant les informations :

Dr / M ou Mme.....

### Patient :

M ou Mme .....

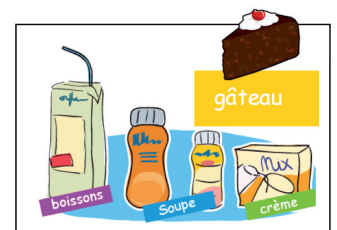
Explications orales et document d'information donnés le .....

Madame, Monsieur,

Votre médecin ou votre diététicien (sur prescription médicale) vous propose d'avoir recours à des compléments nutritionnels oraux.

Ce document est destiné à compléter ses explications.

Les compléments nutritionnels oraux sont des préparations alimentaires fabriquées par des laboratoires de nutrition qui n'exigent pas de préparation culinaire et qui vont compléter celles préparées à votre domicile ou à l'hôpital.



Le médecin et/ou le diététicien sont à votre disposition pour vous fournir toute précision supplémentaire.

### ▣ Pourquoi des compléments nutritionnels oraux ?

Votre état de santé ne vous permet pas de vous nourrir suffisamment. En effet, vos apports alimentaires quotidiens peuvent être insuffisants ou vos besoins augmentés.

Ces compléments permettent d'apporter, sous un faible volume et sous une forme facile à consommer, des calories, des protéines, des vitamines et des minéraux complémentaires à l'alimentation et aux repas habituels. Cependant, ils ne doivent pas remplacer votre alimentation habituelle et il est important de continuer à bien manger au moment des repas.

Les compléments oraux doivent vous permettre de reprendre du poids ou de ne pas en perdre. Votre médecin et votre diététicien ont défini avec vous l'objectif à atteindre (poids, alimentation, ...). Votre participation active est nécessaire à la réussite de votre traitement.

### ▣ Quels compléments nutritionnels oraux ?

- Il existe une grande variété de compléments oraux avec des produits sucrés, salés ou neutres, des textures liquides (potages, jus de fruits, boissons lactées), des textures semi-liquides (yaourts à boire), souples (crèmes, flans, gâteaux moelleux,...) avec, pour chaque catégorie, différents arômes et saveurs.
- Ces compléments nutritionnels oraux sont plus ou moins riches en calories et en protéines, avec ou sans fibres, avec ou sans lactose, le plus souvent sans gluten, avec ou sans édulcorants.
- Votre médecin vous a prescrit des compléments oraux adaptés à vos besoins, à votre état de santé et à vos possibilités d'alimentation (état dentaire, capacité de déglutition, tolérance au lactose...).
- Parmi les compléments prescrits, vous pourrez choisir ceux adaptés à vos goûts et les varier en fonction de vos envies pour éviter la lassitude.
- N'hésitez pas à goûter les compléments de différentes marques.
- Cependant, le médecin ou le diététicien peut vous demander de prendre un complément bien spécifique et de ne pas en changer.

### ▣ Où se procurer les compléments nutritionnels oraux ?

- Vous pouvez vous les procurer en pharmacie ou auprès d'un prestataire de services.
- Les compléments nutritionnels oraux bénéficient d'un remboursement par la sécurité sociale à un tarif fixé.
- Il peut rester une part variable à votre charge. Votre médecin ou votre diététicien peuvent vous aider à trouver une solution moins coûteuse.

### ▣ Comment conserver les compléments nutritionnels oraux ?

- Avant leur ouverture, ils peuvent être stockés à température ambiante.
- Après ouverture, ils se conservent au réfrigérateur pendant 24 heures maximum.
- Le complément nutritionnel proposé sous la forme gâteau peut être conservé à température ambiante après ouverture.

### ▣ Quand consommer les compléments nutritionnels oraux ?

- Ils se consomment en plusieurs collations réparties dans la journée en fonction de votre rythme de vie.
- De préférence, consommez les environ 1h30 à 2h avant le repas, de façon à ne pas couper l'ap-

pétit pour le repas suivant, après le repas ou à l'heure du coucher. Les compléments ne remplacent pas un repas et ne doivent pas restreindre votre alimentation traditionnelle.

- Ils peuvent remplacer un élément du repas (exemples : une crème enrichie en dessert, une boisson lactée au chocolat prise en remplacement du lait chocolaté du petit déjeuner ou du goûter, un gâteau moelleux en dessert ou au goûter)
- Ces produits sont riches et concentrés : consommez-les lentement pour une meilleure tolérance digestive et favoriser leur digestion.

### **Comment consommer les compléments nutritionnels oraux ?**

- Les compléments nutritionnels oraux liquides doivent être bien agités avant consommation. Ils peuvent se consommer dans leur emballage d'origine à l'aide d'une paille ou déconditionnés dans un verre, une tasse, un bol,... Les compléments nutritionnels oraux sucrés (boissons lactées, jus de fruits, compote, crème) se consomment de préférence bien frais, réfrigérés au minimum 1 à 2 heures environ à 5°C (température du réfrigérateur). Certains compléments liquides (compléments lactés aux arômes vanille, café, chocolat, cappuccino) peuvent se consommer tiédis après déconditionnement, sans toute fois dépasser 50°C pour ne pas dénaturer le produit (attention à la puissance du four à micro-ondes utilisé).
- Les compléments sous forme de gâteaux se consomment accompagnés d'une boisson chaude ou froide à votre convenance (jus de fruit, thé, ...)
- Certains compléments liquides peuvent servir de base à de nouvelles recettes : milk-shake, crème glacée, sorbet, café ou chocolat viennois...Ce sera notamment le cas des formules liquides à goût neutre qui permettent aussi de réaliser des préparations telles que le riz ou la semoule au lait, la purée, des soufflés, des potages, ...
- Les compléments salés se consomment généralement chauds.