



TILL DIG SOM FÅTT FÖRSKRIVET **RESOURCE® ULTRA**

Information till patienter

Vad är undernäring?

Undernäring uppstår när kroppens behov av energi och näring inte tillgodoses. Ofta beror det på ett otillräckligt matintag och/eller ett ökat behov av energi på grund av sjukdom. En annan orsak kan vara ätproblem, såsom sväljsvårigheter. Undernäring leder till ofrivillig viktnedgång och minskad muskelmassa, vilket kan påverka hälsan på flera sätt:

- Trötthet
- Försämrade sårhäkning
- Svaghet
- Ökad risk för fallskador
- Skörhet och minskad muskelmassa
- Minskad motståndskraft mot infektioner

Så kan du motverka viktning och minskad muskelmassa

- Berika din vanliga kost med protein och energi genom att äta mer ägg, ost, grädde, olja och smör.
- Om det inte räcker kan din läkare eller dietist skriva ut näringsdrycker för speciella medicinska ändamål som tillägg till din vanliga kost. **Resource® Ultra*** är en **extra energi- och proteinrik näringsdryck** som hjälper dig att öka ditt näringsintag.
- För att bibehålla din muskelmassa är det viktigt att du får i dig både tillräckligt med energi och protein. Det är även viktigt att vara fysiskt aktiv.
- Protein är kroppens byggstenar. Det är därför viktigt att få i sig tillräckligt mycket protein för att bibehålla kroppens funktion och hälsa.



*Resource® Ultra är ett livsmedel för speciella medicinska ändamål och ska användas under medicinsk övervakning. Avsedd för kostbehandling av patienter med malnutrition eller med risk för malnutrition.

**Resource® Ultra Hasselnötssmak innehåller inte nötter.

RESOURCE® ULTRA

Mycket näring på liten volym

Resource® Ultra är vår mest koncentrerade näringsdryck med ett extra högt innehåll av energi och protein. Näringsdrycken innehåller högkvalitativt protein från mjölk, med en stor andel vassleprotein.

Resource® Ultra är speciellt framtagen för kostbehandling av personer som har eller riskerar att drabbas av undernäring, och som har ett ökat energi- och proteinbehov, samt vid minskad muskelmassa.

Resource® Ultra ger mycket näring på liten volym, vilket gör att den till ett bra alternativ till dig som har svårt att äta och dricka stora volymer, eller minskad aptit.

Lätt att tycka om

Resource® Ultra innehåller noggrant utvalda ingredienser och är välsmakande – allt för att göra det enklare och godare att följa din förskrivning.

Hur mycket motsvarar 281 kcal och 20 gram protein i vanlig mat?



Råd om hur du använder din näringsdryck

För att få bästa möjliga effekt av din kostbehandling är det viktigt att näringsdryckerna tas som ett komplement till din vanliga kost. Det är viktigt att du tar näringsdryckerna enligt ordination. **Varje portion räknas!**

Resource® Ultra enligt min ordination:



Hur ska jag ta dem?

- Resource® Ultra är färdiga att dricka.
- Produkterna är koncentrerade, så du bör dricka dem långsamt.
- Kan konsumeras med jämna mellanrum under dagen.
- Kan delas upp i **mindre portioner**.
- Serveras med fördel kyld.
- Skakas före användning.
- Kan frysas till god glass.
- Testa att byta ut mjölk i matlagning mot Resource® Ultra vaniljsmak.
- Öppnade produkter ska förvaras i kylskåp och förbrukas inom 24 timmar.



När ska jag ta dem?

- Som mellanmål, minst två timmar före eller efter en måltid.
- I samband med måltid som komplement till din vanliga kost.

Så här kan en dag se ut



TIPS!

Om du blir illamående av din näringsdryck, testa att dricka den långsamt eller i mindre doser, t.ex. i shotglas. Låt därför intaget av näringsdrycken ta lika lång tid som om du hade ätit ett mellanmål eller mat.

Variera din Resource® Ultra

Nedan hittar du några enkla, snabba och läckra recept som kan ge dig variation och hjälpa dig att följa din ordination.



Vaniljsmak

Strö kanel över kyld Resource® Ultra Vaniljsmak och blanda med en sked.

Jordgubbssmak

Mixa kylskåpskall Resource® Ultra Jordgubbssmak med en handfull frysta bär* för en utsökt, läcker smoothie.



Kaffesmak

Värm Resource® Ultra kaffesmak i mikrovågsugnen (1 min/600 W) och tillsätt karamelltopping för en utsökt karamellatte, eller blanda med is för en kaffe-slushie.

Hasselnötssmak

Servera Resource® Ultra Hasselnötssmak med chokladtopping och blanda med en sked.



*Livsmedelsverket rekommenderar konsumenter att koka frysta, importerade bär i ca 2 min innan användning. Du kan därefter frysa in dem på nytt i t.ex. en iskubsform innan användning i smoothies.

Rådfråga din läkare eller dietist

Om du har eller riskerar att drabbas av undernäring kan din läkare eller dietist skriva ut näringsdrycker som komplement till din vanliga kost. Näringsdrycker kan på ett effektivt sätt hjälpa dig att öka ditt näringsintag. **Rådfråga din läkare eller dietist om hur du ska använda näringsdryckerna.**



Beställningsinformation Resource® Ultra

SMÅK	FÖRPACKNING	BEST.NR.
Kaffe	4 x 125 ml	99 97 43
Hasselnot	4 x 125 ml	99 97 44
Jordgubb	4 x 125 ml	99 97 45
Vanilj	4 x 125 ml	99 97 46

Resource® Ultra är ett livsmedel för speciella medicinska ändamål och ska användas under medicinsk övervakning. Avsedd för kostbehandling av patienter med malnutrition eller med risk för malnutrition.

Nestlé Health Science

Box 6026, 102 31 Stockholm, Tel: 020-78 00 20
nestlehealthscience@se.nestle.com
www.nestlehealthscience.se

