

Doustne suplementy pokarmowe (FSMP, ONS) dla pacjentów onkologicznych

Czym są doustne suplementy pokarmowe (FSMP, ONS)?

- Doustne suplementy pokarmowe są to preparaty przeznaczone dla osób niedożywionych lub zagrożonych niedożywieniem, które nie są w stanie zaspokoić swoich potrzeb żywieniowych standardową dietą.
- Istnieje wiele preparatów wspomagających standardową dietę, m.in. Nutridrink, Resource, Fresubin, Supportan, Nutramil Protein, Activlab Recomed itp. Rodzaj preparatu oraz dawkowanie powinno zostać zawsze dobrane przez lekarza lub dietetyka.
- ONS występują w formie płynnej lub w postaci proszku. Zalecane jest przyjęcie doustne minimum 2 sztuk preparatu dziennie, między posiłkami. ONS w postaci proszku przyjmuje się w ilości 2 saszetek dziennie. ONS nie powinien zastępować posiłków pacjentów. Ilość przyjmowania ONS powinno być ustalone przez lekarza lub dietetyka.
- ONS są również, przeznaczone dla pacjentów z chorobami współistniejącymi np. z cukrzycą, niewydolnością nerek, alergiami pokarmowymi np. nietolerancja laktozy lub glutenu.
- Włączenie do codziennej diety ONS, zgodnie ze wskazaniem lekarza lub dietetyka, może wpłynąć na skrócenie czasu hospitalizacji, szybszy powrót do pełnej sprawności oraz przyspieszenie gojenia ran pooperacyjnych.
- Większość ONS to preparaty kompletne, co oznacza, że zawierają wszystkie potrzebne składniki odżywcze. Są to przede wszystkim białko, tłuszcze, węglowodany oraz składniki mineralne. Niektóre ONS zawierają również błonnik pokarmowy oraz składniki immunomodulujące, jak arginina, glutamina czy kwasy omega-3. Stosowanie ich jest bezpieczne dla pacjentów onkologicznych poddawanych zabiegom chirurgicznym, seansom radioterapii lub cykлом chemioterapii.
- Pacjentom onkologicznym dedykowane są zwykle preparaty o wysokiej zawartości białka, z uwagi na zwiększone zapotrzebowanie na ten składnik odżywczy w trakcie leczenia, wynikające z metabolizmu komórek nowotworowych.

Kto może spożywać doustne suplementy pokarmowe?

- ✓ ONS są wskazane dla pacjentów, którzy nie są w stanie w ciągu doby pokryć swojego zapotrzebowania energetycznego i białkowego tradycyjną dietą.
- ✓ Korzyści ze stosowania ONS mogą osiągnąć pacjenci przygotowujący do dużych zabiegów operacyjnych, szczególnie w obrębie jamy brzusznej oraz głowy i szyi.

Jak powinno się spożywać doustne suplementy pokarmowe?

- Doustne suplementy odżywcze należy spożywać powoli – najlepiej zaczynać od 1-2 h na jeden preparat, ponieważ wypite zbyt szybko zwykle powodują biegunkę.
- ONS najlepiej smakują schłodzone – warto je włożyć do lodówki przed spożyciem.
- Po otwarciu preparat należy przechowywać w lodówce i nie dłużej niż 24h.
- Preparaty odżywcze można dodawać do dań ciepłych, ale nigdy gorących – nie należy przekraczać temperatury 70°C.

Do jakich dań / produktów można dodać doustne suplementy pokarmowe?

- ❖ ONS mają konsystencję płynną – gotowe do spożycia butelki lub proszku do rozpuszczenia. Preparaty można rozcieńczać z wodą, łączyć z mlekiem lub sokiem owocowym.
- ❖ ONS mają różnorodne smaki, np. czekoladowy, kawowy, truskawkowy itp. Można na ich bazie przygotowywać posiłki (gotowe przepisy można znaleźć na stronie internetowej producentów) lub dodawać je do koktajli, zup budyniowych lub mlecznych, owsianek, past twarogowych, ryżu, jaglanek na słodko.

Pacjent przed rozpoczęciem leczenia niezależnie od rodzaju nowotworu powinien zaprzestać palenia tytoniu oraz zażywania alkoholu. Użytki często przyczyniają się do pogorszenia stanu pacjenta w przebiegu leczenia, utrudniają gojenie się ran pooperacyjnych.

W/w szkodliwe substancje mogą niekorzystnie wpływać na ilość przyswajanego białka z diety, również w białko zawarte w ONS może mieć mniejszą przyswajalność.

Przed rozpoczęciem leczenia onkologicznego zalecana jest dieta wysokobiałkowa z ograniczeniem spożycia tłuszczu w postaci czerwonego mięsa i jego przetworów (wieprzowiny, wołowiny). Dodatkowo, jeśli jest to możliwe, zalecana jest aktywność fizyczna dostosowana do możliwości stanu zdrowia pacjenta.

Dobór preparatu oraz jego dawkowanie powinno odbywać się ze wskazań i pod kontrolą lekarza lub dietetyka.

*Wielkopolskie Centrum Onkologii
Zespół Dietetyków Poradni Dietetycznej
Nr tel. +48 61 88 50 335*