



COMMENCER À UTILISER NUTILIS CLEAR

GUIDE POUR LES PATIENTS ATTEINTS DE DYSPHAGIE



Ces informations sont destinées aux patients, ainsi qu'aux soignants, à qui un professionnel de santé a prescrit **Nutlis Clear**.

Nutlis Clear est une denrée alimentaire destinée à des fins médicales spéciales. Pour les besoins nutritionnels en cas de dysphagie. À Utiliser sous contrôle médical.



POURQUOI M'A-T-ON PRESCRIT UNE POUDRE ÉPAISSISANTE ?

On a constaté que vous aviez des difficultés à avaler, ce que l'on appelle la « dysphagie ». Si la dysphagie n'est pas correctement prise en charge, vous pouvez rencontrer un certain nombre de problèmes. En particulier, vous êtes exposé à un risque de fausse route, c'est-à-dire que des boissons ou des aliments passent dans les poumons. Cela peut entraîner une anxiété accrue au moment des repas, une perte de plaisir à manger ou à boire, voire des infections thoraciques ou une pneumonie.

Une façon de gérer vos difficultés de déglutition est d'épaissir les boissons et les aliments jusqu'au niveau recommandé par votre orthophoniste/logopède. Vous trouverez peut-être plus facile et plus sûr d'ingérer des liquides épais plutôt que des liquides fluides, car ils sont plus faciles à contrôler dans la bouche. Pour vous y aider, une poudre épaississante appelée **Nutilis** Clear vous a été prescrite.

Votre orthophoniste/logopède, votre médecin ou un autre professionnel de santé peut vous expliquer vos difficultés à avaler plus en détail.

QU'EST-CE QUE NUTILIS CLEAR ?

Nutilis Clear est un épaississant pour aliments et liquides, conçu pour maintenir l'aspect normal des liquides et boissons clairs. La poudre est disponible en boîtes refermables de 175 g avec une mesurette de 1,25 g.

Nutilis Clear ne contient ni gluten ni lactose et convient aux végétariens et aux végétaliens. Une fois ouverte, la boîte doit être conservée dans un endroit frais et sec et utilisée dans les deux mois.

Nutilis Clear est conçu pour se mélanger facilement aux liquides et aux aliments en purée, et peut être ajouté aux boissons chaudes ou froides. Les aliments et boissons épaissis peuvent être réfrigérés, congelés ou réchauffés.

Nutilis Clear est disponible sur recommandation de votre professionnel de santé.

Nutilis Clear doit toujours être utilisé de manière appropriée et conservé dans un endroit sûr. **Nutilis** Clear ne doit pas être laissé à la portée des patients qui ne sont peut-être pas capables d'utiliser le produit en toute sécurité.

Les conseils fournis ci-dessus ne remplacent pas ceux de votre professionnel de santé. Les besoins individuels étant variables, veuillez consulter votre professionnel de santé en cas de doute.



COMMENT UTILISER NUTILIS CLEAR ?

Pour un résultat optimal, **Nutilus** Clear peut être mélangé à l'aide d'une fourchette ou d'un fouet. Il est recommandé de verser la poudre en une seule fois dans le verre ou la tasse et d'ajouter ensuite le liquide, mais il est également possible d'ajouter la poudre en second lieu, après le liquide.

1. Verser la quantité adéquate de **Nutilus** Clear dans une tasse ou un verre propre et sec. Votre orthophoniste/logopède vous dira quelle est la quantité adéquate pour vous
2. Ajouter 200 ml de boisson ou de liquide à la poudre (utiliser un bol gradué pour mesurer 200 ml)
3. Remuer vigoureusement pendant 30 à 60 secondes
4. Laisser reposer jusqu'à obtention de la consistance souhaitée
5. Remuer doucement pendant 5 secondes et servir.

NOMBRE DE MESURETTES NÉCESSAIRES POUR L'ÉPAISSISSEMENT* (1 MESURETTE = 1,25 G)

	Niveau 1 Très légèrement épais	Niveau 2 Légèrement épais	Niveau 3 Modérément épais	Niveau 4 Très épais
Mesurettes nécessaires pour les liquides par 200 ml	1 mesurette	2 mesurettes	3 mesurettes	7 mesurettes

*La quantité de **Nutilus** Clear utilisée peut varier légèrement en fonction de la température ou de l'épaisseur du liquide et de la viscosité requise.

LES DIFFÉRENTS NIVEAUX D'ÉPAISSISSEMENT

Les liquides épaissis aident à ralentir le liquide lorsqu'il pénètre dans le fond de la gorge. Cela laisse le temps à la déglutition de se déclencher pour protéger les voies respiratoires. Les liquides fluides (niveau 0) sont plus difficiles à contrôler et s'écoulent par gravité, ce qui signifie qu'ils peuvent glisser trop rapidement dans la gorge et se retrouver dans les poumons.

NIVEAU 1 : TRÈS LÉGÈREMENT ÉPAIS

- Plus épais que l'eau
- Nécessite un peu plus d'effort pour être bu que les liquides fluides
- S'écoule à travers une paille, une seringue ou une tétine.



NIVEAU 2 : LÉGÈREMENT ÉPAIS

- S'écoule d'une cuillère
- Peut être bu au verre, s'écoule rapidement d'une cuillère, mais plus lentement que les boissons fluides
- Un effort est nécessaire pour le boire avec une paille de diamètre standard.



NIVEAU 3 : MODÉRÉMENT ÉPAIS

- Peut être bu dans une tasse
- Difficile à aspirer à travers une paille de taille standard ou une paille plus large
- Ne peut pas être passé dans une poche à douille, étalé en couches ou moulé.



NIVEAU 4 : TRÈS ÉPAIS

- Habituellement consommé à la cuillère (possible à la fourchette)
- Ne peut pas être bu dans une tasse
- Ne peut pas être aspiré à la paille.



Les directives relatives à l'épaississement des liquides sont conformes à l'International Dysphagia Diet Standardisation Initiative (IDDSI).

TIRER LE MEILLEUR PARTI DE NUTILIS CLEAR

L'utilisation correcte de **Nutulis Clear** permettra aux aliments et aux boissons que vous épaissez de conserver leur saveur et leur aspect. Il est recommandé de préparer les aliments ou les boissons par portion et de les utiliser dans les deux heures.

CONSEILS GÉNÉRAUX D'UTILISATION :

- Utiliser uniquement la mesurette de 1,25 g fournie dans la boîte
- Ajouter toute la poudre en une seule fois
- Pour éviter la formation de grumeaux, remuer ou agiter dès que le liquide et la poudre sont mélangés
- Pour éviter la formation de bulles d'air, arrêter de remuer ou d'agiter dès que la poudre est dissoute
- Si vous utilisez un shaker, assurez-vous toujours que le couvercle du shaker est bien fixé
- Les shakers ne sont pas nécessaires pour effectuer le mélange ; les fourchettes fonctionnent tout aussi bien
- Les boissons à base de lait et certains jus prennent plus de temps à épaissir que l'eau. Laisser le lait et les jus reposer pendant 10 minutes ou jusqu'à obtention de la consistance souhaitée
- Ne pas ajouter d'épaississant à une boisson déjà épaissie.

ÉPAISSIR LES BOISSONS CHAUDES :

- Laisser la boisson refroidir légèrement avant d'ajouter **Nutulis Clear**
- Pour épaissir le thé ou le café, ajouter toujours le lait et le sucre à la boisson avant d'ajouter la poudre
- Pour des raisons de sécurité, **ne pas** utiliser de shaker pour épaissir des boissons chaudes.



ÉPAISSIR LES BOISSONS FROIDES :

- La clarté de l'eau épaissie peut varier en fonction des variations régionales de « dureté » de l'eau.
- Pour améliorer la clarté de l'eau, il est recommandé d'utiliser de l'eau en bouteille ou filtrée.

ÉPAISSIR LES BOISSONS GAZEUSES :

Les boissons gazeuses peuvent être épaissies avec **Nutulis Clear**. Il est important de veiller à ce que l'épaississant est bien incorporé dans votre boisson et d'éviter qu'une couche de bulles ne se forme à la surface. Conseils pour épaissir les boissons gazeuses :

- Un versement lent et régulier aide à éviter la formation d'un trop grand nombre de bulles d'air.
- Laisser la mousse éventuelle se déposer avant d'épaissir.
- Pour épaissir les boissons gazeuses, il est possible d'utiliser une tasse ou une carafe de plus grande contenance. N'utilisez pas de shaker pour épaissir les boissons gazeuses.
- Ajouter d'abord **Nutulis Clear** dans le verre, puis verser doucement 200 ml de la boisson gazeuse de votre choix.
- Laisser reposer suffisamment longtemps pour obtenir la consistance souhaitée. Cela peut prendre un peu plus de temps qu'avec d'autres boissons, par exemple l'eau.
- Vérifier toujours la consistance avant de consommer.
- Remuer avant de servir.
- Certaines personnes trouveront plus facile d'éliminer une partie du gaz/des bulles avant d'épaissir les boissons gazeuses. Remuer pendant environ 15 secondes pour retirer une partie des bulles avant d'ajouter la poudre. Les informations ci-dessus sont données à titre indicatif. Consultez votre professionnel de santé pour obtenir une aide supplémentaire.



NUTRICIA **Nutilis** Clear

Pour plus d'informations, contactez notre équipe de diététiciennes de la Careline:

Téléphone : +32 (0)800/99 486 (Gratuit).

Les jours ouvrables de 08h30 à 17h.

Le vendredi de 08h30 à 16h.

www.nutricia.be

