



AAN DE SLAG MET NUTILIS CLEAR

EEN GIDS VOOR
PATIËNTEN MET
DYSFAGIE

Deze informatie is bedoeld voor patiënten en verzorgers die **Nutlis Clear** voorgeschreven hebben gekregen door een beroepsbeoefenaar in de gezondheidszorg.

Nutlis Clear is een voeding voor medisch gebruik. Dieetvoeding bij dysfagie. Uitsluitend te gebruiken onder medisch toezicht.



WAAROM KREEG IK EEN VERDIKKINGSPOEDER VOORGESCHREVEN?

Er is vastgesteld dat je problemen hebt met slikken, wat 'dysfagie' wordt genoemd. Als dysfagie niet goed wordt behandeld, kun je een aantal problemen krijgen. In het bijzonder bestaat het risico dat drank of voedsel in je longen terechtkomt. Dit kan leiden tot verhoogde angst bij het eten, verlies van plezier bij eten of drinken, of zelfs borstinfecties of een longontsteking.

Een manier om je slikproblemen onder controle te houden, is om dranken en voedsel te verdikken tot het niveau dat je logopedist heeft aanbevolen. Het kan makkelijker en veiliger zijn om dikkere vloeistoffen in te nemen dan dunne vloeistoffen, omdat deze makkelijker te controleren zijn in de mond. Om je hierbij te helpen, wordt er een verdikkingspoeder voorgeschreven dat **Nutlis Clear** heet.

Je logopedist, arts of andere zorgverlener kan je meer uitleg geven over je slikproblemen.

Het advies hierboven vervangt niet het advies van je arts of apotheker. Individuele behoeften kunnen variëren, dus raadpleeg je arts als je twijfelt.

WAT IS NUTILIS CLEAR?

Nutlis Clear is een verdikkingspoeder voor voedingsmiddelen en vloeistoffen dat werd ontwikkeld om het normale uiterlijk van heldere vloeistoffen en dranken te behouden. Het poeder wordt geleverd in hersluitbare blikken van 175 g met een maatschepje van 1,25 g.

Nutlis Clear is gluten- en lactosevrij en geschikt voor vegetariërs en veganisten. Als een blik eenmaal geopend is, moet het op een koele, droge plaats worden bewaard en binnen twee maanden worden gebruikt.

Nutlis Clear is ontworpen om gemakkelijk te mengen met vloeistoffen en gepureerd voedsel, en kan worden toegevoegd aan warme of koude dranken. Verdikt eten en drinken kan gekoeld, ingevroren of opnieuw worden opgewarmd.

Nutlis Clear is verkrijgbaar op aanbeveling van je arts of apotheker.

Nutlis Clear moet altijd op de juiste manier worden gebruikt en veilig worden bewaard. **Nutlis Clear** mag niet binnen het bereik van patiënten blijven die het product mogelijk niet veilig kunnen gebruiken.



HOE GEBRUIK IK NUTILIS CLEAR?

Voor de beste resultaten kan **Nutlis** Clear worden gemengd met een vork of garde. Het is aan te raden om het poeder eerst in één keer in het glas of de beker te doen en dan de vloeistof toe te voegen. Het is echter ook mogelijk om het poeder als tweede toe te voegen, na de vloeistof.

1. Doe de juiste hoeveelheid **Nutlis** Clear in een schoon, droog kopje of glas. Je logopedist zal je vertellen wat voor jou de juiste hoeveelheid is.
2. Voeg 200 ml van de drank of vloeistof toe aan het poeder (gebruik een maatbeker om 200 ml af te meten).
3. Roer krachtig gedurende 30 - 60 seconden.
4. Laat staan tot de drank de gewenste consistentie heeft bereikt.
5. Roer 5 seconden zachtjes door en serveer.

AANTAL LEPELS NODIG VOOR VERDIKKING*

(1 SCHEP = 1,25 G)

	Niveau 1 Weinig Verdikt	Niveau 2 Licht Verdikt	Niveau 3 Matig Verdikt	Niveau 4 Extreem Verdikt
Scheppen nodig voor vloeistoffen per 200 ml	1 schep	2 scheppen	3 scheppen	7 scheppen

*De gebruikte hoeveelheid **Nutlis** Clear kan licht variëren afhankelijk van de temperatuur of dikte van de vloeistof en de vereiste viscositeit.

DE VERSCHILLENDE VERDIKKINGSNIVEAUS

Wanneer vloeistof is verdikt, zal ze vertragen wanneer ze achter in de keel terechtkomt. Hierdoor is er voldoende tijd om het slikken op gang te brengen en de luchtweg te beschermen. Dunne vloeistoffen (niveau 0) zijn moeilijker te controleren en stromen met de zwaartekracht mee, wat betekent dat ze te snel door de keel kunnen glijden en in de longen terecht kunnen komen.

NIVEAU 1: WEINIG VERDIKT

- Dikker dan water.
- Kost iets meer moeite om te drinken dan dunne vloeistof.
- Stroomt door een rietje, spuitje, speen/nippel.



NIVEAU 2: LICHT VERDIKT

- Vloeit van een lepel.
- Kan uit een glas worden gedronken, loopt vlot van een lepel, maar langzamer dan dunne drankjes.
- Het kost moeite om deze dikte door een standaardrietje te drinken.



NIVEAU 3: MATIG VERDIKT

- Kan uit een beker worden gedronken.
- Het kost enige moeite om door een gewoon of breder rietje te zuigen.
- Kan niet door een pipet, in laagjes worden aangebracht of in vorm worden gebracht op een bord.



NIVEAU 4: EXTREEM VERDIKT

- Meestal gegeten met een lepel (een vork kan ook).
- Kan niet uit een beker worden gedronken.
- Kan niet door een rietje worden gezogen.



De richtlijnen voor het verdikken van vloeistoffen zijn in overeenstemming met het International Dysphagia Diet Standardisation Initiative (IDDSI).

NUTILIS CLEAR OPTIMAAL GEBRUIKEN

Als je **Nutlis** Clear op de juiste manier gebruikt, behouden het voedsel en de dranken die je indikt hun smaak en uiterlijk. Het wordt aanbevolen om het eten of drinken per portie te bereiden en binnen twee uur te gebruiken.

ALGEMENE TIPS VOOR GEBRUIK:

- Gebruik alleen het schepje van 1,25 g dat in het blik zit.
- Voeg al het poeder in één keer toe.
- Roer of schud zodra de vloeistof en het poeder zijn samengevoegd om klonters te voorkomen.
- Stop met roeren of schudden zodra het poeder is opgelost, om luchtbelletjes te voorkomen.
- Als je een shaker gebruikt, zorg er dan altijd voor dat het deksel van de shaker goed vastzit.
- Shakers zijn niet nodig om te mengen. Een vork werkt net zo goed.
- Dranken op basis van melk en sommige sappen hebben meer tijd nodig om in te dikken dan water. Laat melk en sappen 10 minuten staan of tot de gewenste consistentie is bereikt.
- Voeg geen verdikkingsmiddel toe aan een drankje dat al is ingedikt.

OM WARME DRANKEN IN TE DIKKEN:

- Laat de drank iets afkoelen voordat je **Nutlis** Clear toevoegt.
- Als je thee of koffie indikt, voeg dan altijd melk en suiker toe aan de drank voordat je het poeder toevoegt.
- Gebruik om veiligheidsredenen **geen** shaker om warme dranken in te dikken.



OM KOUDE DRANKEN IN TE DIKKEN:

- De helderheid van ingedikt water kan verschillen, afhankelijk van regionale verschillen in waterhardheid.
- Om de helderheid te verbeteren, wordt het gebruik van gebotteld of gefilterd water aanbevolen.

HET VERDIKKEN VAN KOOLZUURHOUDENDE DRANKEN:

Bruisende dranken kunnen worden ingedikt met **Nutlis** Clear. Het is belangrijk om ervoor te zorgen dat het verdikkingsmiddel goed wordt opgenomen in je drankje en om te voorkomen dat er een laagje luchtbelletjes bovenop komt. Tips om bruisende dranken in te dikken:

- Langzaam en gelijkmatig gieten helpt de vorming van te veel luchtbelletjes of bruis te voorkomen.
- Laat eventueel schuim bezinken voordat je de vloeistof indikt.
- Je kunt een grotere beker gebruiken om bruisende dranken in te dikken. Gebruik geen shaker om bruisende dranken in te dikken.
- Voeg eerst **Nutlis** Clear toe aan het glas en giet er dan voorzichtig 200 ml bruisende drank naar keuze bij.
- Laat voldoende lang rusten om de gewenste consistentie te bereiken. Dit kan iets langer duren dan bij andere dranken, zoals water.
- Controleer altijd de consistentie voor consumptie.
- Roer voor het opdienen.
- Sommige mensen vinden het makkelijker om er wat gas/belletjes uit te roeren, voordat ze bruisende drankjes verdikken. Roer ongeveer 15 seconden om wat van de bubbels op te lossen voordat je het poeder toevoegt.

De bovenstaande informatie is alleen bedoeld als richtlijn. Neem contact op met je zorgverlener voor verdere ondersteuning.





Neem voor meer informatie contact op met ons team van dietisten van Nutricia Medical Careline:

Phone: +32 (0)800/99 486 (Gratis)

Wij zijn bereikbaar van maandag tot en met donderdag van 8:30 tot 17:00 uur, op vrijdag van 8:30 tot 16:00 uur.

www.nutricia.be

