



Doustne suplementy diety (ONS)

Żywność specjalnego medycznego przeznaczenia do podaży doustnej u pacjentów niedożywionych, z ryzykiem niedożywienia lub z zwiększonym zapotrzebowaniem na składnik żywieniowe, których pacjent nie jest w stanie pokryć dietą klasyczną.

ONS powinny być dostosowane indywidualnie pod pacjenta. Warto skonsultować się z lekarzem, dietetykiem lub farmaceutą. Przy ich wyborze należy uwzględnić choroby współistniejące (cukrzyca, choroby nerek, trzustki itd.), zapotrzebowanie na określony składnik diety (np. zwiększone zapotrzebowanie na białko - dieta wysokobiałkowa), nietolerancje pokarmowe, możliwość przyjmowania posiłków przez pacjenta (np. zaburzenia połykania).

Praktyczne zasady spożywania :

- preparaty płynne należy pić powoli, małymi łyčkami (przez 20-30 minut);
- płynne preparaty po otwarciu należy przechowywać w lodówce i spożyć w ciągu 24 godzin
- preparaty płynne i te w proszku można wkomponować w posiłek (dodać do zupy, jogurtu, koktajlu, twarożku lub inncy potraw)
- płynne preparaty można spożywać schłodzone (jeśli nie występuje biegunka)
- w przypadku biegunki ONSy warto łączyć z posiłkami, szczególnie o charakterze zapierającym (np. ryż, banan, sucharki)
- w przypadku wymiotów/ nudności wybierać preparaty o neutralnym smaku i zapachu

Formy: preparaty płynne, preparaty w formie, proszku, galaretki, jogurty, puddingi, batony

BIBLIOGRAFIA

1. Sobocki J., Zmarzły A. (red.). *Żywnienie kliniczne. Podręcznik do kształcenia w umiejętności leczenia żywieniowego i specjalizacjach klinicznych*. Wyd. I. Warszawa: PZWL Wydawnictwo Lekarskie; 2026.
2. Kłęk S. (red.). *Leczenie żywieniowe. Kompendium*. Kraków: Polska Fundacja Żywnienia Dojelitowego, Pozajelitowego i Metabolizmu (POLSPEN); 2022.
3. Kłęk S., Szczepanek K., Kruszewski W. i wsp. „Leczenie żywieniowe w Polsce – aktualne standardy i kierunki rozwoju”. *Onkologia w Praktyce Klinicznej – Edukacja*. 2024.