

# ON M'A PRESCRIT DES COMPLEMENTS NUTRITIONNELS ORAUX

En cas de besoin, vous pouvez joindre le  
05 61 77 55 69 ou [geffroy.j@chu-toulouse.fr](mailto:geffroy.j@chu-toulouse.fr)

Votre médecin vous a prescrit des **Compléments Nutritionnels Oraux**.

Il s'agit de produits disponibles en **pharmacie** qui vont apporter des **calories**, des **protéines** mais également d'autres **nutriments nécessaires** à votre situation.

Ils existent sous **forme** de boissons, de crèmes ou yaourts, de biscuits. On trouve des produits édulcorés, sans gluten, sans lactose qui s'**adapteront à chacun**.

Ces produits **ne remplacent pas l'alimentation habituelle** mais se prennent en **supplément** de vos apports actuels.

Vous trouverez dans ce document des **informations** pour vous aider à les **prendre au quotidien** et à trouver un produit qui vous conviendra.

N'hésitez pas à le présenter à votre **pharmacien** qui pourra vous aider.

## Comment les consommer ?

- ✓ **Remuer les bouteilles et crèmes** avant utilisation
- ✓ Les mettre au réfrigérateur 1 à 2h (la plupart seront **meilleurs frais**)
- ✓ Les arômes chocolat, café ou neutre **peuvent être tiédés** (au four à micro-ondes ou dans une casserole à feu doux)
- ✓ Les **potages et plats mixés** seront chauffés avant consommation
- ✓ Les crèmes dessert peuvent être placées au **congélateur 1 à 2h** afin de réaliser un **dessert glacé**
- ✓ Verser les bouteilles dans des verres et les crèmes dans des verrines afin de les rendre **plus attrayants**
- ✓ Les jus de fruits pourront être dilués avec un jus de fruit du commerce, de l'eau plate ou de l'eau gazeuse
- ✓ Des **recettes sont disponibles** auprès de votre diététicien

## Quand les consommer ?

- ✓ Eviter de les prendre **1 à 2h avant le repas suivant** afin de ne pas couper l'appétit
- ✓ **A la fin du repas**, en plus ou en remplacement du dessert (en fonction de ce que vous aura conseillé votre médecin et/ou diététicien)
- ✓ **En collation** dans la matinée ou l'après-midi
- ✓ A heure variable ou à heure fixe pour **éviter de les oublier**
- ✓ **En une ou plusieurs fois** (les bouteilles de 300ml et les crèmes seront généralement à prendre en plusieurs fois pour éviter de se couper l'appétit)

## Comment faire si vous ne les appréciez pas/plus ?

- ✓ Il existe de nombreux **arômes, textures, produits** qui pourront mieux convenir à vos **goûts et envies** (jus de fruit, crèmes, biscuits, potages, riz au lait, yaourt, boisson lactée...)
- ✓ Vous pouvez **essayer d'autres marques** mais votre médecin et/ou diététicien pourra vous conseiller de prendre un produit spécifique
- ✓ La plupart des produits peuvent être utilisés dans des **recettes sucrées et salées**
- ✓ Les boissons lactées au goût neutre peuvent notamment **remplacer le lait** dans un chocolat, un café au lait, un flan, une purée (on l'utilisera de la même manière qu'un lait du commerce)

## Comment les conserver ?

- ✓ Se conservent à **température ambiante** avant ouverture (il peut être intéressant de les mettre au réfrigérateur 1 à 2h avant le repas pour qu'ils soient meilleurs)
- ✓ Se conservent **24h après ouverture au réfrigérateur**

### Dans tous les cas :

- ✓ Si l'ordonnance précise que ces produits sont **non substituables**, demandez à votre pharmacie de **ne pas vous les changer**. Votre médecin et/ou diététicien les aura certainement choisis selon vos goûts et vos envies
- ✓ Parlez à votre médecin et/ou diététicien en cas de difficultés à les **avaler ou les prendre dans la journée**

## Pour votre pharmacien

### Des Compléments Nutritionnels Oraux ont été prescrits à votre patient :

Ces produits ont été prescrits afin de permettre à votre patient de **reprendre du poids** et/ou d'**améliorer son état nutritionnel**.

Contrairement à d'autres médicaments, le choix de ces produits (arômes, marque, texture, apports nutritionnels) peut fortement influencer l'**efficacité du traitement et son observance**.

Bien souvent, lorsque sur l'ordonnance est précisée la mention "non substituable", il s'agira de produits qui auront été testés et validés avec votre patient. En cas de substitution, il existe un risque de **limiter la prise de poids** de celui-ci et de porter atteinte à sa **prise en charge globale**.

### Comment aider votre patient ?

- ✓ Conseiller votre patient sur la prise de ces produits (frais, en plusieurs fois, en recettes etc). Le site **Ameli.fr** met à disposition un document de conseils **à destination des pharmaciens** qui pourra vous aider.
- ✓ **Ne pas substituer les produits** sans accord du prescripteur en cas de précision de la mention "non substituable",
- ✓ Proposer **d'autres arômes** aux patients présentant des difficultés d'observance
- ✓ Les **poudres de protéines** ont généralement **peu d'intérêt** car apportent très peu de calories