

Einkaufsliste bei Untergewicht

Leiden Sie aufgrund Ihrer Erkrankung an Untergewicht oder müssen Sie eine längere Zeit Schonkost zu sich nehmen, ist es sinnvoll, die Ernährung mit speziellen Produkten anzureichern, um den Energie- und Nährstoffbedarf zu decken.

Tipps für Ihre Ernährung

Kohlenhydratpulver

- ✓ Getränke, Suppen und Breikost können durch spezielle "Kohlenhydratpulver" mit Kalorien angereichert werden (Bezugsquelle: Apotheke).

Astronautenkost

- ✓ Spezielle Trinknahrungen, auch bilanzierte Formeldiäten oder Astronautenkost genannt, bieten zusätzliche Kalorien und Nährstoffe in flüssiger Form. Leichter verdaulich ist die Trinknahrung wenn sie milchzuckerfrei (laktosefrei) ist.

Trinken Sie die Zusatznahrung langsam und schluckweise, damit sie besser verträglich ist.

Notizen
