

Questions / Réponses

Comment faire pour y penser ?

Certaines personnes placent les CNO à l'avant du réfrigérateur ou mettent une alarme sur leur téléphone. Vous pouvez partager vos astuces avec le service Nutrition.

Comment je peux les inclure à mes repas ?

Les compléments sont « un plus » d'énergie. Vous pouvez choisir ceux que vous préférez ajouter à vos préparations et nous demander le livret de recettes.

Si je n'en prends pas le matin, je peux en prendre l'après-midi ?

Pour prendre la quantité prescrite, vous pouvez la répartir tout au long de la journée.

Des marques sont-elles plus adaptées que d'autres ?

En terme de santé, toutes les marques se valent. En terme de plaisir, c'est très personnel. Vous en testerez plusieurs pour choisir les références que vous préférez.

Et si mon pharmacien n'a pas ceux que je préfère ?

Parfois, le pharmacien n'a pas tout en stock. Vous pouvez lui demander qu'il commande vos préférés. S'il vous dit que ce n'est pas possible, contactez-nous et nous trouverons avec vous une solution.

Si une marque est notée sur mon ordonnance je peux en changer ?

Oui c'est possible. Vous pouvez en parler au pharmacien ou au nutritionniste. Il précisera la référence de votre produit préféré sur votre prochaine ordonnance.

Si je suis diabétique ?

Des compléments nutritionnels oraux spécifiques existent. Vous pouvez les demander au pharmacien ou au nutritionniste.

Comment prendre les compléments nutritionnels oraux ?

En cas de besoin, je contacte le secrétariat de Nutrition
04 67 61 37 39



L'équipe vous a prescrit des compléments nutritionnels oraux.

Le but est d'**apporter des calories** et **des protéines supplémentaires** à votre alimentation.

Les **bénéfices** pour vous sont d'avoir **plus d'énergie** et de **maintenir votre poids** pendant les traitements.

Les compléments nutritionnels oraux existent avec **différents goûts et formes**.

Vous trouverez dans ce **guide des astuces** pour prendre les compléments nutritionnels oraux au quotidien.

Version Février 2018 Rédacteur : Groupe de travail ETP « Mon énergie connectée ! » n° 783

Comment les prendre dans la journée ?

Le nutritionniste vous a prescrit des compléments nutritionnels oraux (CNO) personnalisés.

Différentes formes

- ➔ **Soupes**
- ➔ **Purées**
mixés salés viandes et légumes
- ➔ **Poudres**
protéines, céréales, mixés déshydratés
- ➔ **Crèmes lisses**
crèmes dessert, yaourts et compotes
- ➔ **Boissons**
lactée sucrée, jus de fruits
- ➔ **Biscuits**



Je les inclus à la préparation de mes plats

CNO incorporé dans : soupe, émincé de volaille, gratin de légumes, café.

Je les consomme en plusieurs fois tout au long de la journée

Une moitié de crème dessert en matinée et l'autre moitié le soir.

Je change de goûts ou de formes régulièrement

7 astuces pour les prendre avec plaisir

Je les mélange bien avant de les ouvrir

Je les consomme à distance des repas

CNO jus de fruits dilué avec de l'eau plate, gazeuse ou du jus de fruits.

Je les mets dans ma vaisselle habituelle pour les rendre plus appétissants

Je les consomme frais, tièdes, congelés ou chauds (sans les faire bouillir) en fonction des envies

Ils se conservent 24h au frais après ouverture.

Différents goûts

De nombreux parfums existent : **neutres**, **salés** (carottes, tomates...) ou **sucrés** (vanille, chocolat, orange...)

Vous pouvez en goûter plusieurs avec nous, choisir ceux que vous préférez, les varier en fonction de vos envies.

