

المكملات الغذائية الفموية



ما هي المكملات الغذائية الفموية؟

- المكملات الغذائية الفموية (ONS) هي مشروبات مصممة للأشخاص الذين لا يستطيعون تلبية احتياجاتهم الغذائية من خلال الطعام فقط.
- تزود المكملات الغذائية الفموية الأطفال بالطاقة والبروتين والعديد من الفيتامينات والمعادن، التي تتضمن الكالسيوم وفيتامين د، والحديد.
- العلامات التجارية للمكملات الغذائية الفموية المتوفرة للأطفال: Pediasure® أو Nutren® Jr.

لماذا تُعد المكملات الغذائية الفموية مهمة؟

- إذا تم تشخيص طفلك باضطراب ARFID أو اضطرابات الأكل الانتقائي، فقد تكون المكملات الغذائية الفموية المصدر الرئيسي لتغذيته، إضافة إلى الأطعمة التي يتناولها.
- يمكن للمكملات الغذائية الفموية أن توفر جميع احتياجات طفلك اليومية من التغذية والطاقة، تمامًا كبديل للوجبات. لا يمكن للمشروبات الأخرى، مثل: الحليب، توفير ذلك بمفردها.
- يمكن أن تكون المكملات الغذائية الفموية حلاً قصير أو طويل الأمد لتلبية احتياجات طفلك الغذائية.

كيف يمكن لفريق اضطرابات الأكل الانتقائي لطفلك تقديم المساعدة لك؟

- سيقدم لك اختصاصي التغذية الخاص بطفلك وصفة لخليط من المكملات الغذائية الفموية مصمم لتزويده بكل الطاقة والبروتين والعناصر الغذائية اللازمة بناءً على احتياجاته الخاصة.
- قد يشمل ذلك خلط المكملات الغذائية الفموية مع الحليب و/أو الماء بكميات محددة.

تعامل مع وصفة خليط المكملات الغذائية الفموية المقدمة على أنها وصفة طبية. من المهم اتباع تعليمات الوصفة بدقة من دون إجراء أي تغييرات أو إضافات. سيضمن ذلك حصول طفلك على جميع العناصر الغذائية اللازمة لدعم نموه وتطوره على النحو الأمثل.

من المهم أن تتذكر عدم إضافة أي مكملات غذائية أو أدوية إلى الوصفة، إلا إذا نصح طبيب طفلك بذلك.

ملاحظة: إذا لاحظت أي تغييرات في كمية المكملات الغذائية الفموية التي يتناولها طفلك أو تفضيله لطعم أو نكهة أحدها، أو تغييرات في سلوكيات الأكل، يُرجى التواصل مع فريق اضطرابات الأكل الانتقائي لطفلك في أقرب وقت ممكن.



الأسئلة الشائعة

إليك بعض الإجابات عن الأسئلة الشائعة عند تقديم المكملات الغذائية الفموية لطفلك:

س: إذا استخدمت كمية صغيرة فقط من عبوة المكمل الغذائي الفموي (مثلاً، ملعقة طعام واحدة)، فماذا أفعل بباقي العبوة؟

ج: يمكنك وضع باقي العبوة في الثلاجة والاستمرار في استخدام المكمل الغذائي الفموي لمدة 24 ساعة. بعد 24 ساعة، يُرجى التخلص من عبوة المكمل الغذائي وفتح عبوة جديدة.

س: إذا لم يكمل طفلي خليط المكملات الغذائية الفموية المحضر، فماذا أفعل بالباقي؟

ج: يمكنك وضع الباقي في الثلاجة. ويمكنك الاستمرار في استخدام خليط المكملات الغذائية الفموية المتبقي لمدة 24 ساعة فقط. بعد ذلك، يُرجى التخلص من المتبقي.

س: متى يجب عليّ التواصل مع العيادة؟

ج: تأكد من التواصل مع العيادة إذا كنت بحاجة إلى إعادة صرف وصفة المكملات الغذائية الفموية. عندما يتبقى لديك كمية من المكملات الغذائية الفموية تكفي لأقل من أسبوع، من المهم أن تكون لديك وصفة جاهزة لإعادة الصرف. تواصل مع العيادة إذا لاحظت زيادة أو نقصاناً في كمية المكملات الغذائية الفموية أو الطعام الذي يتناوله طفلك، فقد تحتاج وصفته الطبية إلى تعديل.

س: ماذا يجب أن أفعل إذا كنت مسافراً مع طفلي بالطائرة؟

ج: إذا كنت تخطط للسفر بالطائرة، فسيكون من المهم الحصول على تقرير طبي من طبيب طفلك يصف احتياجاته الطبية، ووصفة المكملات الغذائية الفموية الخاصة به، وطلب للسماح لك بحمل المكملات الغذائية الفموية في أثناء السفر.



الأسئلة المتكررة (تابع)

س: هل يمكنني إعادة تسخين المكملات الغذائية الفموية أو الخلطات؟

ج: يمكنك تسخين خلطات المكملات الغذائية الفموية برفق دون غليها، لأن الحرارة العالية قد تغير الطعم أو تتلف العناصر الغذائية في الخليط.

س: هل يمكنني إعادة تجميد المكملات الغذائية الفموية أو الخلطات؟

ج: قد يؤدي التجميد إلى تغيير طعم المكملات الغذائية الفموية والخلطات ومظهرها، ويؤثر في تقبل الطفل لها. يُرجى التواصل مع فريق اضطرابات الأكل الانتقائي لطفلك لتحديد ما إذا كان هذا الخيار مناسباً له.

س: هل يمكنني استخدام علامة تجارية مختلفة أو تغيير نوع المكملات الغذائية الفموية المستخدمة (مثل: قليلة السكر، أو بنكهة أخرى)؟

ج: إذا كنت تفكر في تغيير المكملات الغذائية الفموية، يُرجى مناقشة ذلك مع فريق اضطرابات الأكل الانتقائي لطفلك للتأكد من ملاءمته.



يُعد هذا المنشور جزءاً من سلسلة معلومات سلسلة معلومات عيادة اضطرابات الأكل الانتقائي المرتبطة باضطرابات النمو العصبي (NDD): www.hollandbloorview.ca/RestrictiveEatingInfo



المراجع:

.American Society for Parenteral and Enteral Nutrition. (2022). Oral Nutrition Supplements https://www.nutritioncare.org/uploadedFiles/Documents/Guidelines_and_Clinical_Resources/EN_Resources/Oral-Nutrition-Supplements.pdf

.Khanna, D., Yalawar, M., Saibaba, P. V., Bhatnagar, S., Ghosh, A., Jog, P., Khadilkar, A. V., Kishore, B., Paruchuri, A. K., Pote, P. D., Mandyam, R. D., Shinde, S., Shah, A., & Huynh, D. T. T. (2021). Oral Nutritional Supplementation Improves Growth in Children at Malnutrition Risk and with Picky Eating Behaviors. *Nutrients*, 13(10), 3590 <https://doi.org/10.3390/nu13103590>

.Zhang, Z., Li, F., Hannon, B. A., Hustead, D. S., Aw, M. M., Liu, Z., Chuah, K. A., Low, Y. L., & Huynh, D. T. T. (2021). Effect of Oral Nutritional Supplementation on Growth in Children with Undernutrition: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Nutrients*, 13(9), 3036. <https://doi.org/10.3390/nu13093036>