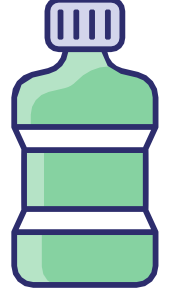


வாய்வழி ஊட்டச்சத்து சப்ளிமெண்ட்ஸ்

வாய்வழி ஊட்டச்சத்து சப்ளிமெண்ட்ஸ் என்றால் என்ன?

- வாய்வழி ஊட்டச்சத்து சப்ளிமெண்ட்ஸ் (ONS) என்பது உணவின் மூலம் மட்டுமே தங்கள் ஊட்டச்சத்து தேவைகளைப் பூர்த்தி செய்ய முடியாத நபர்களுக்காக வடிவமைக்கப்பட்ட பானங்கள் ஆகும்.
- ONS குழந்தைகளுக்கு ஆற்றல், புரதம் மற்றும் கால்சியம், வைட்டமின் D மற்றும் இரும்புச்சத்து உள்ளிட்ட பல வைட்டமின்கள் மற்றும் தாதுக்களை வழங்குகிறது.
- குழந்தைகளுக்கான ONS பிராண்டுகளில் Pediasure® அல்லது Nutren® Jr. ஆகியவை அடங்கும்.



ONS ஏன் முக்கியம்?

- உங்கள் பிள்ளைக்கு ARFID அல்லது கட்டுப்படுத்தப்பட்ட உணவுப் பழக்கம் இருப்பது கண்டறியப்பட்டால், அவர்கள் உண்ணும் உணவுகளுக்கு கூடுதலாக, ONS அவர்களுக்கு முக்கிய ஊட்டச்சத்து மூலமாக இருக்கலாம்.
- உங்கள் குழந்தையின் அன்றாட ஊட்டச்சத்து மற்றும் ஆற்றல் தேவைகள் அனைத்தையும் ONS வழங்க முடியும், ஒரு உணவு மாற்றீட்டைப் போலவே. பால் போன்ற பிற பானங்கள் இதைத் தாங்களாகவே வழங்க முடியாது.
- உங்கள் குழந்தையின் ஊட்டச்சத்து தேவைகளைப் பூர்த்தி செய்ய ONS ஒரு குறுகிய அல்லது நீண்ட கால தீர்வாக இருக்கலாம்.

உங்கள் குழந்தையின் கட்டுப்பாட்டு உணவுக் குழு எவ்வாறு உதவ முடியும்?

- உங்கள் குழந்தையின் குறிப்பிட்ட தேவைகளின் அடிப்படையில் தேவையான அனைத்து ஆற்றல், புரதம் மற்றும் ஊட்டச்சத்துக்களை வழங்க வடிவமைக்கப்பட்ட ONS கலவைக்கான செய்முறையை உணவியல் நிபுணர் உங்களுக்கு வழங்குவார்.
- இதில் குறிப்பிட்ட அளவுகளில் பால் மற்றும்/அல்லது தண்ணீருடன் கலந்த ONS களும் அடங்கும்.

வழங்கப்பட்ட ONS கலவை செய்முறையை ஒரு **மருத்துவ மருந்துச் சீட்டு** போல நினைத்துப் பாருங்கள். அது முக்கியம் ந்த மாற்றங்களும் அல்லது சேர்த்தல்களும் செய்யாமல் **செய்முறை வழிமுறைகளைப் பின்பற்ற**. இது உங்கள் குழந்தை சிறந்த வளர்ச்சி மற்றும் வளர்ச்சியை ஆதரிக்கும் தேவையான அனைத்து ஊட்டச்சத்துக்களையும் பெறுவதை உறுதி செய்யும்.

உங்கள் குழந்தையின் மருத்துவரால் இயக்கப்பட்டாலன்றி, செய்முறையில் எந்த கூடுதல் மருந்துகளையோ அல்லது ருந்துகளையோ சேர்க்கக்கூடாது என்பதை நினைவில் கொள்வது அவசியம்.



குறிப்பு: உங்கள் குழந்தையின் ONS உட்கொள்ளலில் ஏதேனும் மாற்றங்கள், ONS இன் சுவை அல்லது சுவையை விரும்புதல் அல்லது உணவுப் பழக்கவழக்கங்களில் ஏதேனும் மாற்றங்கள் இருந்தால், தயவுசெய்து உங்கள் குழந்தையின் கட்டுப்பாட்டு உணவுக் குழுவை விரைவில் தொடர்பு கொள்ளவும்.

அடிக்கடி கேட்கப்படும் கேள்விகள்

உங்கள் குழந்தைக்கு ONS-ஐ அறிமுகப்படுத்தும்போது அடிக்கடி கேட்கப்படும் கேள்விகளுக்கான சில பதில்கள் இங்கே:

Q. நான் ONS கொள்கலனில் ஒரு சிறிய அளவை மட்டுமே பயன்படுத்தினால் (எ.கா., 1 தேக்கரண்டி), மீதமுள்ள கொள்கலனை நான் என்ன செய்ய வேண்டும்?

A: மீதமுள்ள கொள்கலனை குளிர்சாதன பெட்டியில் வைத்து 24 மணி நேரம் ஓ.என்.எஸ்ஸைப் பயன்படுத்தலாம்.

24 மணி நேரத்திற்குப் பிறகு, தயவுசெய்து ONS-ஐ நிராகரித்துவிட்டு புதிய கொள்கலனைத் திறக்கவும்.

Q. என் குழந்தை தயாரித்த ONS கலவையை முடிக்கவில்லை என்றால், மீதமுள்ளவற்றை நான் என்ன செய்ய வேண்டும்?

A: மீதமுள்ளவற்றை குளிர்சாதன பெட்டியில் வைக்கலாம். மீதமுள்ள ONS கலவையை நீங்கள் 24 மணிநேரத்திற்கு மட்டுமே தொடர்ந்து பயன்படுத்த முடியும். அதன் பிறகு, மீதமுள்ளவற்றை நிராகரிக்கவும்.

Q. நான் எப்போது கிளினிக்கைத் தொடர்பு கொள்ள வேண்டும்?

A: ONS-க்கான மருந்துச்சீட்டு ரீ%பில் தேவைப்பட்டால் கிளினிக்கைத் தொடர்புகொள்வதை உறுதிப்படுத்திக் கொள்ளுங்கள். உங்களிடம் ஒரு வாரத்திற்கும் குறைவான மதிப்புள்ள ONS இருக்கும்போது, மறு நிரப்பலுக்கான மருந்துச் சீட்டைத் தயாராக வைத்திருப்பது முக்கியம்.

உங்கள் குழந்தையின் ONS அல்லது உணவு உட்கொள்ளலில் அதிகரிப்பு அல்லது குறைவு ஏற்பட்டால், அவர்களின் மருந்துச் சீட்டை சரிசெய்ய வேண்டியிருக்கலாம் என்பதால், மருத்துவமனையைத் தொடர்பு கொள்ளவும்.

Q. நானும் என் குழந்தையும் விமானத்தில் பயணம் செய்தால் நான் என்ன செய்ய வேண்டும்?

A: நீங்கள் விமானத்தில் பயணம் செய்ய திட்டமிட்டால், உங்கள் பிள்ளையின் மருத்துவத் தேவைகள், அவர்களின் ONS பரிந்துரை மற்றும் ONS உடன் பயணிக்க உங்களை அனுமதிக்கும் கோரிக்கை ஆகியவற்றை விவரிக்கும் ஒரு மருத்துவக் குறிப்பை உங்கள் பிள்ளையின் மருத்துவரிடமிருந்து பெறுவது முக்கியமானதாக இருக்கும்.



அடிக்கடி கேட்கப்படும் கேள்விகள் தொடர்ச்சி

Q. ONS அல்லது ONS கலவைகளை மீண்டும் சூடுபடுத்தலாமா?

A: நீங்கள் ONS கலவைகளை மெதுவாக சூடாக்கலாம், ஆனால் அவற்றை வேகவைக்க வேண்டாம், ஏனெனில் அதிக வெப்பம் சுவையை மாற்றலாம் அல்லது கலவையில் உள்ள ஊட்டச்சத்துக்களை அழிக்கலாம்.

Q. நான் ONS அல்லது ONS கலவைகளை உறைய வைத்துக்கொள்ள முடியுமா?

A: உறைபனி ONS இன் சுவை மற்றும் தோற்றத்தை மாற்றலாம், மேலும் ONS அல்லது ONS கலவையை ஏற்றுக்கொள்வதை பாதிக்கலாம். இது உங்கள் குழந்தைக்குப் பொருத்தமான விருப்பமா என்பதைத் தீர்மானிக்க, உங்கள் குழந்தையின் கட்டுப்பாட்டு உணவுக் குழுவைத் தொடர்பு கொள்ளவும்.

Q. நான் வேறு பிராண்டைப் பயன்படுத்தலாமா அல்லது பயன்படுத்தப்படும் ONS-ஐ (எ.கா., குறைக்கப்பட்ட சர்க்கரை அல்லது பிற சுவை விருப்பம்) மாற்றலாமா?

A: ONS-ஐ மாற்றுவது பற்றி நீங்கள் பரிசீலிக்கிறீர்கள் என்றால், அது பொருத்தமானதா என்பதை உறுதிப்படுத்த உங்கள் குழந்தையின் கட்டுப்படுத்தப்பட்ட உணவுக் குழுவுடன் இதைப் பற்றி கலந்தாலோசிக்கவும்.



இந்த துண்டுப்பிரசுரம் NDD கட்டுப்பாட்டு உணவு மருத்துவமனை தகவல் தொடரின் ஒரு பகுதியாகும்:
www.hollandbloorview.ca/RestrictiveEatingInfo

குறிப்புகள்:

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>