

口服营养补充剂

何为口服营养补充剂？

- 口服营养补充剂 (ONS) 是专为无法仅通过食物满足营养需求的人设计的饮料。
- ONS 为儿童提供能量、蛋白质以及多种维生素和矿物质，包括钙、维生素 D 和铁。
- 儿童 ONS 品牌包括 Pediasure® 或 Nutren® Jr.



ONS 为什么重要？

- 如果您的孩子被诊断出患有 ARFID 或限制性进食症，ONS 可能是他们除了他们所吃食物之外的主要营养来源。
- ONS 可以提供儿童每日所需的全部营养和能量，就像代餐一样。牛奶等其他饮料本身无法提供这些。
- ONS 可以作为满足孩子营养需求的短期或长期解决方案。

限制性进食小组能为您的孩子提供哪些帮助？

- 您孩子的营养师会向您提供 ONS 混合餐的食谱，该食谱可根据孩子的具体需求为他们提供所需的全部能量、蛋白质和营养素。
- 这可能包括按特定体积将 ONS 与牛奶和/或水混合。

把提供的 ONS 混合餐食谱想象成**医疗处方**。重要的是，遵守食谱指示，**不做任何改动或添加**。这将确保您的孩子获得所需的全部营养，支持他们实现最佳生长和发育。

切记不要在食谱中添加任何补品或药物，这一点很重要，除非在孩子医生的指导下添加。



注意： 如果您发现孩子的 ONS 摄入量、对 ONS 味道或口味的偏好或进食行为有任何变化，请尽快联系孩子的限制性进食小组。

常见问题

以下是向孩子介绍 ONS 时常见问题的回答：

问：如果我只用了 ONS 容器中的一小部分（如 1 汤匙），剩下的部分该怎么处理？

答：您可以将容器的剩余部分放入冰箱，在 24 小时内继续使用 ONS。

24 小时后，请丢弃 ONS 并打开新的容器。

问：如果我的孩子没有吃完准备好的 ONS 混合餐，剩下的应该怎么处理？

答：您可以将剩余的部分放入冰箱。剩余的 ONS 混合餐只能在 24 小时内继续使用。之后，请丢弃剩余的 ONS 混合餐。

问：我何时需要联系诊所？

答：如果您需要开补充 ONS 的处方，请务必联系诊所。当您的 ONS 不够一周使用时，请务必准备好补充 ONS 所需的处方。

如果您发现孩子的 ONS 或食物摄入量增加或减少，请联系诊所，因为他们的处方可能需要调整。

问：如果我和孩子乘坐飞机旅行，我该怎么办？

答：如果您计划乘坐飞机旅行，您必须从孩子的医生那里获得一份医学记录，说明孩子的医疗需求、ONS 处方以及允许您携带 ONS 旅行的请求。



常见问题（续）

问：我可以重新加热 ONS 或 ONS 混合餐吗？

答：您可以用小火加热 ONS 混合餐，但不能煮沸，因为高温会改变混合餐的味道或破坏混合餐中的营养成分。

问：我可以冷冻 ONS 或 ONS 混合餐吗？

答：冷冻可能会改变 ONS 的味道和外观，并影响人们对 ONS 或 ONS 混合餐的接受程度。请联系您孩子的限制性进食小组，以确定这是否适合您的孩子。

问：我可以使用不同的品牌或更换所使用的 ONS（如减糖或其他口味选择）吗？

答：如果您考虑更换 ONS，请与您孩子的限制性进食小组讨论，以确保新的 ONS 合适。



本手册的内容选自《神经发育障碍限制性进食临床资料系列》(NDD Restrictive Eating Clinic Information Series): www.hollandbloorview.ca/RestrictiveEatingInfo

参考文献:

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>