

Co jeśli tradycyjna dieta nie wystarcza?

Jeżeli Ty lub ktoś z twoich bliskich zmagają się z trudno gojącą raną, a spożywana dieta nie jest wystarczająca, aby pokryć, często zwiększone na skutek obecności rany, zapotrzebowanie na energię i składniki odżywcze, **zapytaj lekarza o doustne preparaty odżywcze o wysokiej zawartości energii i białka oraz innych składników mających szczególne znaczenie w procesie gojenia ran.**

Nutridrink Skin Repair to żywność specjalnego przeznaczenia medycznego do postępowania dietetycznego u pacjentów z odleżynami i innymi trudno gojącymi ranami, którą stosuje się pod nadzorem lekarza. Jego skład dostosowany jest do potrzeb takich pacjentów.



1 butelka Nutridrink Skin Repair dostarcza:



Czy wiesz, że?

- 18 g białka mogą dostarczyć 3 jaja
- 9 mg cynku może dostarczyć 9 plasterów żółtego sera
- 3 g argininy może dostarczyć 100 g orzechów ziemnych
- 250 mg witaminy C mogą dostarczyć 3 pomarańcze lub 6 cytryn
- 38 mg witaminy E może dostarczyć 140 g pestek dyni

Tabele wartości odżywczej produktów i potraw. NIZP PZH-PIB, 2017

Zapytaj lekarza o Nutridrink Skin Repair

Nutridrink Skin Repair to żywność specjalnego przeznaczenia medycznego. Do postępowania dietetycznego w przypadku odleżyn i innych trudno gojących ran. Stosować pod nadzorem lekarza.

Nutricia Polska Sp. z o.o., ul. Bobrowiecka 8, 00-728 Warszawa

ADLT/RCO/10/06/2024

Zawiera składniki odżywcze ważne w procesie gojenia ran

Posiada płynną formę ułatwiającą spożycie osobom chorym

Zawiera dużą ilość energii i białka

Jest dostępny w trzech smakach: truskawkowym, waniliowym, czekoladowym

Nutridrink Skin Repair można stosować jako uzupełnienie diety – między posiłkami lub jako dodatek do potraw.

Odwiedź stronę:
www.posilkiwchorobie.pl



NUTRICIA
Nutridrink
Skin Repair

Rola żywienia w procesie gojenia ran

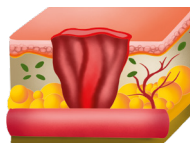


Co warto wiedzieć o gojeniu ran?

Gojenie rany to proces złożony, przebiegający w kilku następujących po sobie etapach:

Faza zapalna

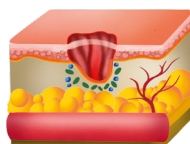
1



Skóra wokół rany może być zaczerwieniona i obrzęknięta, odczuwany jest ból. To etap, w którym dochodzi do wysięku z rany (rana oczyszcza się z bakterii i fragmentów uszkodzonych komórek i tkanek, ale wraz z tym wysiękiem organizm traci również cenne składniki odżywcze m.in. białko).

Faza odbudowy

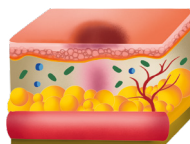
2



Rana staje się płytsza i zaczyna się zablizniać, powstaje nowa tkanka, która powoli wypełnia ranę. Powstają nowe naczynia krwionośne, które dostarczają tlen i składniki odżywcze do rany.

Faza przebudowy

3



Powstaje blizna, która z czasem zaczyna blednąć i staje się cieńsza oraz mniej widoczna.

CZASAMI TEN PROCES MOŻE PRZEBIEGAĆ NIEPRAWIDŁOWO I DOCHODZI DO POWSTANIA RANY PRZEWLEKŁEJ INACZEJ TRUDNO GOJĄCEJ.

Trudno gojąca rana - czyli jaka?

Jest to rana, której proces gojenia pozostaje na początkowym etapie czyli w ciągłej fazie zapalnej. Przyjmuje się, że to rana, której stan nie ulega poprawie przez dłuższy czas czyli zazwyczaj 4-6 tygodni.

RANAMI PRZEWLEKŁYMI NAZYWAMY NAJCZĘŚCIEJ:

- ✓ **ODLEŻYNY**, których powstawanie związane jest z długotrwałym unieruchomieniem pacjenta.
- ✓ **OWRZODZENIA ŻYLNÉ, TĘNICZÉ, BĄDŹ MIESZANE GOLENI**, które są spowodowane przewlekłą niewydolnością krążenia.
- ✓ **RANY I OWRZODZENIA BĘDĄCE POWIKŁANIEM CUKRZYCY** (m.in. w przebiegu zespołu stopy cukrzycowej).

NA PROCES GOJENIA RANY MA WPŁYW WIELE CZYNNIKÓW, m.in.:



WYSTĘPUJĄCE CHOROBY

Niektóre choroby tj. cukrzyca czy choroby układu krążenia mogą utrudniać gojenie ran.



UNIERUCHOMIENIE

Długotrwałe unieruchomienie sprzyja powstawaniu odleżyn. Regularne zmiany pozycji poprawiają krążenie krwi i wspomagają gojenie.



STOSOWANE LEKI

Niektóre leki, np. sterydy, mogą spowalniać gojenie ran. Ważna jest opieka lekarza lub pielęgniarki nad trudno gojącą raną.



WILGOĆ W OKOLICACH RANY

Optymalny poziom wilgoci w okolicach rany zapobiega infekcjom (zarówno moczenie rany jak i jej wysuszenie np. wietrzenie opóźnia gojenie).



HIGIENA

Właściwa higiena zapobiega zakażeniom. Ważne jest regularne oczyszczanie rany i stosowanie odpowiednio dobranych opatrunków.



DIETA I STAN ODŻYWIENIA

Dieta jako ważny element wspomagający gojenie ran

Pamiętaj, żeby rana mogła się zagoić i powstała nowa tkanka oraz nowe naczynia krwionośne, a organizm mógł walczyć z infekcjami, potrzebna jest odpowiednia ilość energii (kalorii) i składników odżywczych.

Ważna jest zrównoważona dieta która zawiera białko, tłuszcze, węglowodany, witaminy i składniki mineralne. Szczególne znaczenie w procesie gojenia ran mają takie składniki jak:

BIĄŁKO

Jest niezbędne do regeneracji uszkodzonych tkanek - wspomaga tworzenie nowych komórek i naprawę tych uszkodzonych. Pacjent z trudno gojącą raną ma nawet dwukrotnie większe zapotrzebowanie na białko niż osoba zdrowa.

★ Jego źródłem są m.in.:
mięso, ryby, jaja, produkty mleczne, nasiona roślin strączkowych

ARGININA, CYNK I ANTYOKSYDANTY

Biorą udział w różnych przemianach zachodzących w organizmie, w tym m. in. w procesie powstawania blizny. Działają przeciwzapalnie.

★ Ich źródłem są m. in.:
mięso, nasiona roślin strączkowych, warzywa i owoce

Bez żywienia nie ma gojenia

Ważne: obecność trudno gojącej rany zwiększa zapotrzebowanie na energię i składniki odżywcze. Właściwe odżywianie to jeden z elementów ważnych w procesie gojenia ran.