

Thickened Fluids

Name: _____ Date: _____

Dietitian: _____

Speech Language Pathologist: _____

Occupational Therapist: _____

Kung mayroon kang mga katanungan pagkatapos mo umalis sa ospital,
Tumawag sa 8-1-1 upang makausap ang isang Registered Dietitian.
Para sa isang interpreter, sabihin ang iyong wika sa Ingles.
Maghintay hanggang may dumating na interpreter sa telepono.

Inirerekomenda namin sa iyo ang 'Pinalapot na Fluids'. Ang ibig sabihin nito'y ang iinum mo lamang ay ang natural na malapot o pinalapot na fluids.

Bakit hindi ako maaaring uminom ng malabnaw na fluids?

Ang ilang mga tao ay nahihirapang lumunok kapag umiinom ng malabnaw na fluids. Kapag nahihirapan kang lumunok, ito'y tinatawag na 'dysphagia' (dis-fay-jah).

Ang ilang mga taong may dysphagia ay hindi dapat uminom ng malabnaw na fluids. Ito'y dahil maaaring mahirap kontrolahin sa iyong bibig ang malabnaw na fluids, at maaari itong malunok at pumasok sa hindi tamang lugar. Kung ito'y nangyari, maaari kang mabulunan. Kung ang fluid ay pumasok sa iyong mga baga, maaaring magkaroon ka ng impeksyon sa baga (pulmonya). Ito'y tinatawag na 'aspiration' (ass-per-ay-shun).

Kabilang sa mga malabnaw na fluids ang tubig, juice, tsa, kape, gatas, soft drinks, at malabnaw na sopas (tulad ng broth o consommé).

Iwasan ang:

- Ilang mga makatas na prutas, tulad ng mga melon, dahil ang kanilang juice o katas ay itinuturing na malabnaw na fluid
- Anumang frozen fluid na kapag tinunaw sa room temperature ay nagiging malabnaw na fluid (mga halimbawa: ice cubes, gelatin, popsicles, ice cream, smoothies)
- Malabnaw na fluids na hinalo sa solid foods (mga halimbawa: cereal na may gatas, chicken noodle o minestrone soup)

Anong lapot ng fluid ang pinakaligtas para sa akin?

Inumin ang malapot na fluid na nilagyan ng tsek (☑) dito ng iyong dietitian, speech-language pathologist, o occupational therapist.



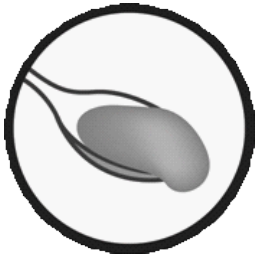
Kasing-lapot ng nectar

Ang fluids na kasing-lapot ng nectar ay mabagal na naibubuhos mula sa isang tasa o kutsara. Halimbawa: eggnog.



Kasing-lapot ng honey

Ang fluids na kasing-lapot ng honey ay mabagal na mabagal na naibubuhos mula sa isang kutsara o tasa at kailangan ang kutsara upang inumin o kainin ito. Halimbawa: honey.



Kasing-lapot ng pudding

Ang fluids na kasing-lapot ng pudding ay malapot na malapot at kailangan ang kutsara upang kainin ito. Namimintina ng fluids na ito ang kanilang hugis at sila'y medyo matigas. Halimbawa: pudding.

Gaano ba karaming pinalapot na fluid ang aking kailangan bawat araw?

Kailangan mo uminom ng

tasa o

mls bawat araw.

Ang pinalapot na inumin, pinalapot na sopas, at pureed na prutas at hindi starchy na gulay ay lahat maisasama sa kabuuang bilang ng fluids bawat araw.

Paano ko maaaring gawing malapot ang fluids?

Bumili ka ng inumin na pinalapot na o bumili ka ng pampalapot na powder. Magtanong sa botika sa iyong lugar. Kung wala silang stock nito, tanungin kung maaari silang mag-order nito para sa iyo.

Pampalapot na Powder

Produkto	Ingredients	Mga Paunawa
Resource® Thicken Up® Clear	- corn at potato maltodextrin - xanthan gum - potassium chloride	- walang gluten, wheat, soya, itlog - walang lactose: 1.4g stick packs, 5kg bulk
Resource® Thicken Up®	- modified corn starch	- walang gluten, wheat, gatas, soya, itlog
Thicken Thin™ Clear	- xanthan gum - maltodextrin - erythritol	- walang gluten, wheat, gatas, mais, mani, shellfish
Thicken-Thin™	- modified corn starch	- walang gluten, wheat, gatas, mani, shellfish
Simply Thick™	- tubig - xanthan gum - citric acid - sodium benzoate (preservative) - potassium sorbate (preservative).	- walang gatas, lactose, itlog, soy, nuts, mais, wheat, gluten

Iminumungkahing Ready-to-Serve na pinalapot na inumin

Tatak	Mga halimbawa
Nestle Nutrition Resource® Thicken Up® - Available na kasing-lapot ng honey at nectar	Pinalapot na apple juice Pinalapot na orange guice Pinalapot na cranberry cocktail Pinalapot na tubig Pinalapot na inuming may gatas (ginawa gamit ang 2% milk)

www.fraserhealth.ca

Ang impormasyong ito ay hindi kapalit ng payô na ibinigay sa iyo ng iyong healthcare provider.

Catalogue #265560 (February 2017) Filipino

To order: patienteduc.fraserhealth.ca

May pahintulot para sa mga ginamit na retrato at iniakmang nilalaman. Vancouver Coastal Health BB.200.T346 Pinalapot na Fluids (Hulyo 2013)

