

तैयारी के लिए गाइड



ThickenUP[®]
clear

मापन

THICKENUP[®] Clear थिकेनिंग डेमॉन्स्ट्रेशन वीडियो को देखने के लिए क्यूआर कोड स्कैन करें।

<https://www.nestlehealthconnect.com.au/education-centre/dysphagia/thickenup-clear-thickening-demonstration-video>

1 ट्रांसपैरेंट स्कूप* = 1.2g	10 ट्रांसपैरेंट स्कूप्स = 12g	या 1 बल्क स्कूप	1 बल्क स्कूप = 12g	नेस्टेड स्कूप्स	लेवल 2 1 गुलाबी स्कूप = 2.4g
	20 ट्रांसपैरेंट स्कूप्स = 24g (1/3 मीट्रिक कप)	या 2 बल्क स्कूप्स			लेवल 3 1 पीला स्कूप = 4.8g
	30 ट्रांसपैरेंट स्कूप्स = 36g (1/2 मीट्रिक कप)	या 3 बल्क स्कूप्स			लेवल 4 1 हरा स्कूप = 7.2g

*1 ट्रांसपैरेंट स्कैन (1.2 ग्रा) = 1 THICKENUP[®] Clear स्टिक सैशे।

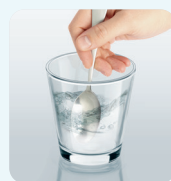
बेसिक लिक्विड[^] के लिए



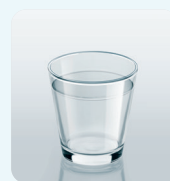
THICKENUP[®] Clear पाउडर की आवश्यक मात्रा एक साफ़, सूखे गिलास या जग में रखें।



तैयार किए गए लिक्विड को पाउडर के ऊपर डालें।



20-30 सेकंड के लिए हिलाएं जब तक पाउडर पूरी तरह घुल ना जाए।



सर्व करने से पहले 1 मिनट के लिए ऐसे ही रखें।

	IDDSI रूपरेखा			
पानी, जूस, पुष्टिकारक पेय, चाय, कॉफी [^]	लेवल 1 थोड़ा गाढ़ा	लेवल 2 सौम्य रूप से गाढ़ा	लेवल 3 मध्यम रूप से गाढ़ा	लेवल 4 अत्यधिक रूप से गाढ़ा
200mL लिक्विड (ट्रांसपैरेंट स्कूप)	1 ट्रांसपैरेंट स्कूप	2 ट्रांसपैरेंट स्कूप्स	4 ट्रांसपैरेंट स्कूप्स	6 ट्रांसपैरेंट स्कूप्स [†]
200mL लिक्विड (नेस्टेड स्कूप्स)	–	1 गुलाबी स्कूप	1 पीला स्कूप	1 हरा स्कूप [†]
पानी, जूस, पुष्टिकारक पेय [^]				
1 लीटर लिक्विड (ट्रांसपैरेंट स्कूप)	5 ट्रांसपैरेंट स्कूप्स	10 ट्रांसपैरेंट स्कूप्स	20 ट्रांसपैरेंट स्कूप्स	30 ट्रांसपैरेंट स्कूप्स [†]
1 लीटर लिक्विड (बल्क स्कूप)	–	1 बल्क स्कूप	2 बल्क स्कूप्स	3 बल्क स्कूप्स [†]

[^]किसी हेल्थकेयर प्रोफेशनल से परामर्श करें जब प्रोटीन या सिट्रिक एसिड युक्त लिक्विड मिला रहे हों (उदा. दूध, मौखिक न्यूट्रीशनल सप्लीमेंट्स, जूस, कार्बोनेटेड या अल्कोहलयुक्त पेय)। जब इन लिक्विड को THICKENUP[®] Clear के साथ मिलाते हैं तो यह अनोखे तरीके से व्यवहार करते हैं।

[†]लेवल 4 अत्यधिक रूप से गाढ़े लिक्विड का मूल्यांकन चम्मच को झुकाकर की जाने वाली जांच के आधार पर IDDSI रूपरेखा अनुपालन करनेवाले के रूप में होता है।

दूध के लिए



THICKENUP[®] Clear पाउडर की आवश्यक मात्रा एक साफ़, सूखे गिलास या जग में रखें।



केवल उतना ही दूध मिलाएं जितना पाउडर को कवर करने के लिए पर्याप्त हो (~50mL)।



20-30 सेकंड के लिए हिलाएं या जब तक मिश्रण गाढ़ा होना शुरू हो जाए।



बचे हुए दूध को गिलास में डाल दें। 15 मिनट तक इंतज़ार करें, इसके बाद हिलाएं और तुरंत सर्व करें।

	IDDSI रूपरेखा			
	लेवल 1 थोड़ा गाढ़ा	लेवल 2 सौम्य रूप से गाढ़ा	लेवल 3 मध्यम रूप से गाढ़ा	लेवल 4 अत्यधिक रूप से गाढ़ा
200mL हल्का दूध [‡]	1 ट्रांसपैरेंट स्कूप	2 ट्रांसपैरेंट स्कूप्स	4 ट्रांसपैरेंट स्कूप्स	8 ट्रांसपैरेंट स्कूप्स [†]
1 लीटर हल्का दूध [‡]	5 ट्रांसपैरेंट स्कूप्स	10 ट्रांसपैरेंट स्कूप्स	20 ट्रांसपैरेंट स्कूप्स	24 ट्रांसपैरेंट स्कूप्स [†]
200mL फुल क्रीम दूध [‡]	1 ट्रांसपैरेंट स्कूप	2 ट्रांसपैरेंट स्कूप्स	4 ट्रांसपैरेंट स्कूप्स	8 ट्रांसपैरेंट स्कूप्स [†]
1 लीटर फुल क्रीम दूध [‡]	4 ट्रांसपैरेंट स्कूप्स	11 ट्रांसपैरेंट स्कूप्स	20 ट्रांसपैरेंट स्कूप्स	25 ट्रांसपैरेंट स्कूप्स [†]

कृपया ध्यान दें: दूध में प्रोटीन और फैट सामग्री की मात्रा में बहुत ज़्यादा फर्क होगा। दूध को गाढ़ा करते समय सुनिश्चित करने के लिए कि इसका गाढ़ापन एक समान हो, किसी स्वास्थ्य देखभाल पेशेवर की समझ का उपयोग करें।

[‡]बनाने की विधि हल्के दूध पर आधारित (फैट सामग्री 1.0g प्रति 100mL)

[‡]बनाने की विधि फुल क्रीम दूध पर आधारित (फैट सामग्री 3.4g प्रति 100mL)

[†]लेवल 4 अत्यधिक रूप से गाढ़े लिक्विड का मूल्यांकन चम्मच को झुकाकर की जाने वाली जांच के आधार पर IDDSI रूपरेखा अनुपालन करनेवाले के रूप में होता है।

MILO® के लिए

केन पर मौजूद सूचना के अनुसार 200mL MILO® तैयार करें[§], इसके बाद नीचे दिए गए निर्देशों का पालन करें:



THICKENUP® Clear पाउडर की आवश्यक मात्रा एक अलग साफ़, सूखे गिलास या जग में रखें।



तैयार किए गए MILO® की केवल उतनी ही मात्रा मिलाएं जितनी पाउडर (~50mL) को कवर करने के लिए पर्याप्त हो।



10-20 सेकंड के लिए हिलाएं या जब तक मिश्रण गाढ़ा होना शुरू हो।



बचे हुए MILO® लिक्विड को गिलास में डाल दें। 10 मिनट इंतज़ार करें, इसके बाद हिलाकर तुरंत सर्व करें।

	IDDSI रूपरेखा			
MILO® फैट कम किए गए दूध के साथ मिश्रित	लेवल 1 थोड़ा गाढ़ा	लेवल 2 सौम्य रूप से गाढ़ा	लेवल 3 मध्यम रूप से गाढ़ा	लेवल 4 अत्यधिक रूप से गाढ़ा
200mL गर्म MILO®	1 ट्रांसपैरेंट स्कूप	2 ट्रांसपैरेंट स्कूप्स	3 ट्रांसपैरेंट स्कूप्स	6 ट्रांसपैरेंट स्कूप्स [†]
200mL ठंडा MILO®	1 ट्रांसपैरेंट स्कूप	2 ट्रांसपैरेंट स्कूप्स	3 ट्रांसपैरेंट स्कूप्स	7 ट्रांसपैरेंट स्कूप्स [†]

[§] MILO® के पूरी तरह से भरे 3 छोटे चम्मच 200mL के ऐसे दूध में मिलाएं जिसका फैट कम किया गया हो।

[†] लेवल 4 अत्यधिक रूप से गाढ़े लिक्विड का मूल्यांकन चम्मच को झुकाकर की जाने वाली जांच के आधार पर IDDSI रूपरेखा अनुपालन करनेवाले के रूप में होता है।

SUSTAGEN® Hospital Formula (वैनिला या चॉकलेट फ्लेवर) के लिए

केन** पर दी गई सूचनाओं के अनुसार 200mL SUSTAGEN® Hospital Formula तैयार करें, इसके बाद नीचे दिए गए निर्देशों का पालन करें:



THICKENUP® Clear पाउडर की आवश्यक मात्रा एक अलग साफ़, सूखे गिलास या जग में रखें।



तैयार किए गए SUSTAGEN® Hospital Formula की केवल उतनी ही मात्रा मिलाएं जितनी पाउडर (~50mL) को कवर करने के लिए पर्याप्त हो।



10-20 सेकंड के लिए हिलाएं या जब तक मिश्रण गाढ़ा होना शुरू हो।



बचा हुआ SUSTAGEN® Hospital Formula लिक्विड गिलास में डालें। 5-10 मिनट इंतज़ार करें इसके बाद हिलाएं और तुरंत सर्व करें।

	IDDSI रूपरेखा			
SUSTAGEN® Hospital Formula फैट कम किए गए या फुल क्रीम दूध के साथ मिश्रित	लेवल 1 थोड़ा गाढ़ा	लेवल 2 सौम्य रूप से गाढ़ा	लेवल 3 मध्यम रूप से गाढ़ा	लेवल 4 अत्यधिक रूप से गाढ़ा
200mL	1 ट्रांसपैरेंट स्कूप	2 ट्रांसपैरेंट स्कूप्स	3 ट्रांसपैरेंट स्कूप्स	5 ट्रांसपैरेंट स्कूप्स [†]
1 लीटर	6 ट्रांसपैरेंट स्कूप्स	10 ट्रांसपैरेंट स्कूप्स	14 ट्रांसपैरेंट स्कूप्स	25 ट्रांसपैरेंट स्कूप्स [†]

^{**} 3 लेवल स्कूप्स (1 x SUSTAGEN® का स्कूप = 20g) को दूध के साथ मिलाएं। केवल बंद स्कूप का उपयोग करें।

[†] लेवल 4 अत्यधिक रूप से गाढ़े लिक्विड का मूल्यांकन चम्मच को झुकाकर की जाने वाली जांच के आधार पर IDDSI रूपरेखा अनुपालन करनेवाले के रूप में होता है।

MOVICOL® के लिए

पैक पर दी गई सूचनाओं के अनुसार MOVICOL® तैयार करें[¶], इसके बाद नीचे दिए गए निर्देशों का पालन करें:



THICKENUP® Clear पाउडर की आवश्यक मात्रा एक अलग साफ़, सूखे गिलास या जग में रखें।



तैयार किए गए MOVICOL® की केवल उतनी ही मात्रा मिलाएं जितनी पाउडर (~50mL) को कवर करने के लिए पर्याप्त हो।



10-20 सेकंड के लिए हिलाएं या जब तक मिश्रण गाढ़ा होना शुरू हो।



बचे हुए MOVICOL® घोल को गिलास में डाल दें। 5-10 मिनट इंतज़ार करें इसके बाद हिलाएं और तुरंत सर्व करें।

	IDDSI रूपरेखा			
MOVICOL® पानी के साथ मिश्रित	लेवल 1 थोड़ा गाढ़ा	लेवल 2 सौम्य रूप से गाढ़ा	लेवल 3 मध्यम रूप से गाढ़ा	लेवल 4 अत्यधिक रूप से गाढ़ा
125mL	लागू नहीं ^{^^}	1 ट्रांसपैरेंट स्कूप	2 ट्रांसपैरेंट स्कूप्स	5 ट्रांसपैरेंट स्कूप्स [†]

[¶] 125mL पानी में MOVICOL® का 1 सैशे।

MOVICOL® लिक्विड अरंज कॉन्स्ट्रेट को भी गाढ़ा किया जा सकता है जब 25mL कॉन्स्ट्रेट को 125mL पानी के साथ पतला बनाया जाए।

THICKENUP® Clear निगलने में कठिनाई की समस्या से पीड़ित लोगों के आहार प्रबंधन के लिए एक विशेष चिकित्सीय आहार है। इसका उपयोग मेडिकल सुपरविजन में किया जाना चाहिए।

न्यूट्रीशनल सप्लीमेंट्स केवल उन स्थितियों में सहायक हो सकते हैं जहाँ लिया जा रहा आहार अपर्याप्त हो। आपके व्यक्तिगत आहार संबंधी ज़रूरतों के लिए एक आधिकारिक मान्यता प्राप्त प्रैक्टिसिंग डाएटिशियन या आपके हेल्थकेयर प्रोफेशनल से सलाह प्राप्त करें। SUSTAGEN® Hospital Formula आहार की जगह दिया जाने वाला एक सूत्रबद्ध आहार है और इसका उपयोग संपूर्ण आहार के स्थान पर दिए जाने वाले आहार के रूप में नहीं किया जा सकता। एक वैविध्यपूर्ण और संतुलित आहार और स्वास्थ्यप्रद जीवनशैली के एक भाग के रूप में इसका सेवन करें।

© MOVICOL नॉर्जिन ग्रुप ऑफ कंपनीज़ का एक पंजीकृत ट्रेडमार्क है।

© NESTLÉ HEALTH SCIENCE, THICKENUP, MILO और SUSTAGEN, Société des Produits Nestlé S.A., 1 Homebush Bay Drive, Rhodes, NSW 2138, Australia के पंजीकृत ट्रेडमार्क हैं। अधिक जानकारी के लिए www.nestlehealthscience.com.au वेबसाइट पर जाएं या 1800 671 628 पर कॉल करें। तैयारी की तारीख: दिसंबर 2024

