

AVEMAR ELKÉSZÍTÉSI ÖTLETEK

Az Avemart hosszabb ideje alkalmazó betegek tapasztalatai és beszámolóí alapján, dietetikusunk ajánlásával összegyűjtöttünk néhány a speciális tápszer fogyaszthatóságát megkönnyítő elkészítési ötletet és javaslatot.

Reméljük, hogy mindenkinek tudunk segíteni, akinek esetleg gondot okozott az Avemar elfogyasztása.

Akinek ez nem okoz problémát, javasoljuk, hogy továbbra is a megszokott módon alkalmazza!

Továbbra is várjuk ötleteiket - levélben, e-mailben vagy telefonon -, amelyeket megoszthatunk másokkal. Amennyiben kérdései lennének az Avemarral és annak alkalmazásával kapcsolatosan, szívesen állunk rendelkezésére a megadott elérhetőségeken.

Avemar

speciális - gyógyászati célra szánt tápszer

1 doboz nettó tömege: 510 g (30 tasak × 17 g)

Minőségét megőrzi: a doboz alján feltüntetett év és hónap végéig
Nyilvántartási szám: OÉTI: 1100/2009 (tápszer)

Tárolás: száraz, hűvös helyen. Javasolt 15 °C alatt lehetőleg hűtőszekrényben tartani. Fagyasztani nem szabad! A tápszer gyermektől elzárva tartandó!

Tápanyag összetétel: a doboz oldalán található

Alkalmazás előtt olvassa el a dobozban található részletes tájékoztatót!

Alkalmazási leírás

Egyszeri adag elkészítése:

Egy tasaknyi (17g) Avemart töltsünk ki egy pohárba. Öntsük fel legfeljebb 2 dl hideg vízzel, alaposan keverjük el, majd a kapott folyadékot igyuk meg.

A fél órán belül el nem fogyasztott oldatot később felhasználni nem szabad! Az elkészítés C-vitamint (aszorbinsav vagy E300) nem tartalmazó hideg üdítő itallal, vagy szénsavmentes ásványvízzel elkeverve is lehetséges.

Adagolás:

Átlagos testtömegű felnőttek naponta egy alkalommal egyszeri adag Avemar bevétele az előírás szerint elkészítve, lehetőleg étkezés előtt kb. 1 órával. 90 kg testsúly felett naponta két alkalommal egy-egy adag bevétele javasolt (reggeli és vacsora előtt).

Elkészítési ötletek és javaslatok dietetikusunk ajánlásával

Avemar otthon készített teával

Hozzávalók: 2 dl elkészített lehűtött/hideg citrommentes/citromlémentes gyümölcstea, 1 tasaknyi Avemar, barnacukor/méz/fruktóz, 1 rázóedény (shaker)

Elkészítés: 1 tasaknyi Avemart töltsön ki a rázóedénybe. Töltse rá az elkészített, de már lehűtött citrommentes/citromlémentes teát, amit ezután is tetszés szerint ízesíthet mézzel, barnacukorral vagy fruktózzal. Összerázás után fogyasztható.

Avemar gyógyteával

Hozzávalók: 2 dl hűvös/hideg gyógytea, 1 tasaknyi Avemar, barnacukor/méz/fruktóz, 1 rázóedény (shaker)

Elkészítés: Az elkészített gyógyteát (pl. édeskömény, citromfű, hársfa, stb.) hűtse le. A hűvös/hideg gyógyteát töltsön ki a rázóedénybe, majd adjon hozzá 1 tasaknyi Avemart. Tetszés szerinti mennyiséggel ízesítheti mézzel, barnacukorral vagy fruktózzal, majd jól rázza össze. Elkészítés után fogyasztható.

Avemar kész teával

Hozzávalók: 1 dl hűvös/hideg kész tea, 1 dl hűvös/hideg víz/szénsavmentes ásványvíz, 1 tasak Avemar, 1 rázóedény (shaker)

Elkészítés: Töltsön ki a rázóedénybe 1 tasaknyi Avemart, majd öntse rá a 1 dl kész teát és az 1 dl hűvös/hideg vizet/szénsavmentes ásványvizet, majd jól rázza össze. Elkészítés után fogyasztható.

Avemar szűrt gyümölcslével

Hozzávalók: 1dl 12%-os szűrt hűvös/hideg gyümölcstital (pl. szőlőlé, almalé, stb), amely nem tartalmaz C-vitamint (aszorbinsavat vagy E300 élelmiszer adalékot), 1 tasak Avemar, 1 dl hűvös/hideg víz/szénsavmentes ásványvíz, 1 rázóedény (shaker)

Elkészítés: Töltsön a rázóedénybe 1 tasak Avemart, majd öntse rá az 1 dl hűvös/hideg szűrt gyümölcstitalt és az 1 dl hűvös/hideg vizet/szénsavmentes ásványvizet, alaposan rázza össze. Elkészítés után fogyasztható.

Avemar joghurttal

Hozzávalók: 1 dl víz/szénsavmentes ásványvíz, 1 dl joghurt (gyümölcsös vagy natúr), 1 tasak Avemar, 1 rázóedény (shaker)

Elkészítés: Az 1 tasaknyi Avemart töltsön ki a rázóedénybe, adjon hozzá 1 dl hűvös/hideg szénsavmentes ásványvizet/vizet. Összerázás után tegye hozzá az 1 dl joghurtot (gyümölcsös/natúr), majd újra rázza össze. Ezután fogyasztható.

Avemar kakaóval

Hozzávalók: 2 dl hűvös/hideg kakaó, 1 tasak Avemar, 1 rázóedény (shaker)

Elkészítés: A 2 dl hűvös/hideg kakaót öntse be a rázóedénybe, adja hozzá az 1 tasaknyi Avemart, majd rázza össze. Ezután fogyasztható.

Avemar karamellel

Hozzávalók: 2 dl hűvös/hideg karamell, 1 tasak Avemar, 1 rázóedény (shaker)

Elkészítés: Töltsön a rázóedénybe 2 dl hűvös/hideg karamellt, adjon hozzá 1 tasaknyi Avemart. Összerázás után fogyasztható.

Avemar tejeskávával (koffeinmentes)

Hozzávalók: 2 dl hűvös/hideg tejeskávé (koffeinmentes), 1 tasak Avemar, 1 rázóedény (shaker)

Elkészítés: Öntsön a rázóedénybe 2 dl hűvös/hideg tejeskávét, adjon hozzá 1 tasaknyi Avemart. Összerázás után fogyasztható.

További ajánlások az elkészítéshez és fogyasztáshoz

Közvetlenül az Avemar bevételét követően lehetőség szerint ne fogyasszunk forró ételt!

Elfogyasztás után közvetlenül iható rá még szénsavmentes ásványvíz, egyéb folyadék, illetve szükség/igény esetén egy kis darab csoki, cukorka, vagy egy falatnyi keksz is ehető utána.
C-vitamin, C-vitamin tartalmú készítmények és az Avemar bevétele között legalább 2 órás szünetet kell tartani!

Mivel a készítmény befolyásolhatja gyógyszerek, gyógyhatású szerek felszívódását, hatását, ezért a készítmény és egyéb gyógyszerek (gyógyhatású szerek, táplálék-kiegészítők stb.) bevétele között célszerű 2 órás szünetet tartani.

A napi adag (1 tasak) Avemar bevétele körülbelül 2 deciliter vízben javasolt, azonban a feloldáshoz használt folyadék mennyiségének csökkentése egyáltalán nem csökkenti a termék hatásait, így amennyiben Önnek kedvezőbb, akkor elegendő csupán néhány korty folyadékkal is elkészíteni, majd a bevételt követően vízzel vagy szénsavmentes ásványvízzel kipótolni a 2 deciliterhez hiányzó folyadék mennyiséget.

Elérhetőség

Avemar Információs Központ
Cím: 1123 Budapest, Kékgolyó u. 14.
(az Országos Onkológiai Intézettel szemben)
Nyitva tartás: munkanapokon 9.00–16.00
Telefon: (061) 20-20-290
E-mail: aik@avemar.hu
Internet: www.avemar.hu