

Typanalyse FortiFit



Zusammensetzung	100 ml trinkf. Nahrung (26,6 g Pulver)	150 ml 1 Portion trinkfertige Nahrung (39,7 g Pulver)	2 Portionen (maximale Menge/Tag)
Phys. Brennwert	420 kJ (100 kcal)	635 kJ (150 kcal)	1.270 kJ (300 kcal)
Broteinheiten	0,5 BE	0,8 BE	1,6 BE
Eiweiß	13,8 g	20,7 g	41,4 g
Kohlenhydrate	6,3 g	9,4 g	18,8 g
Fett	2,0 g	3,0 g	6,0 g
Ballaststoffe	0,8 g	1,3 g	2,6 g
Mineralstoffe			
Natrium	100 mg	150 mg	300 mg
Kalium	186 mg	279 mg	558 mg
Chlorid	46 mg	70 mg	140 mg
Calcium	333 mg	500 mg	1.000 mg
Phosphor	167 mg	250 mg	500 mg
Magnesium	25 mg	37 mg	74 mg
Spurenelemente			
Eisen	1,6 mg	2,4 mg	4,8 mg
Zink	1,5 mg	2,2 mg	4,4 mg
Kupfer	180 µg	270 µg	540 µg
Jod	13 µg	20 µg	40 µg
Chrom	4,9 µg	7,4 µg	14,8 µg
Fluor	0,1 mg	0,15 mg	0,3 mg
Mangan	0,33 mg	0,5 mg	1 mg
Molybdän	9,7 µg	14 µg	28 µg
Selen	10 µg	15 µg	30 µg

Nährstoffrelation: 55 Energie % Eiweiß : 18 Energie % Fett : 25 Energie % Kohlenhydrate : 2 Energie % Ballaststoffe

* Empfohlene Tagesmenge: 2 Portionen à 40 g

Merkmale

- proteinreich: 21 g/Portion, um den erhöhten Eiweißbedarf bei Senioren zu decken
- schnelles Protein: Molkeneiweiß, für die schnelle Verfügbarkeit im Blut
- EAA: mehr als 10 g/Portion: Unterstützen besonders wirksam die Muskelproteinsynthese
- Leucin: 3 g/Portion: Wirkt als Baustein der Muskelproteinsynthese
- niederkalorisch: 150 kcal/Portion, um die schnelle Verfügbarkeit der EAA im Blut zu unterstützen
- Vitamin D: 800 IU (20 mg)/Portion: Hilft, Muskelkraft und -funktion zu erhalten, entspricht dem erhöhten Bedarf der Senioren
- Antioxidantien, Vitamine B6 und B12, Folsäure, Magnesium

Indikationen

FortiFit ist besonders geeignet für Sarkopenie-Patienten:

- mit Schwierigkeiten, normale alltägliche Tätigkeiten zu verrichten
- nach Stürzen
- mit Gehhilfen
- zur Stimulation der Muskelsynthese
- zur Verbesserung von Muskelstärke und Muskelfunktion



Typanalyse FortiFit



Zusammensetzung	100 ml trinkf. Nahrung (26,6 g Pulver)	150 ml 1 Portion trinkfertige Nahrung (39,7 g Pulver)	2 Portionen (maximale Menge/Tag)
Vitamine			
Vitamin A (RE)	100 µg	150 µg	300 µg
Vitamin D	13 µg	20 µg	40 µg
Vitamin E (α-TE)	5 mg	7,5 mg	15 mg
Vitamin K	7,6 µg	11 µg	22 µg
Vitamin C	21 mg	32 mg	64 mg
Vitamin B1	0,15 mg	0,23 mg	0,45 mg
Vitamin B2	0,17 mg	0,25 mg	0,5 mg
Niacin (NE)	1,8 mg	2,7 mg	5,4 mg
Vitamin B6	0,50 mg	0,75 mg	1,5 mg
Folsäure	133 µg	200 µg	400 µg
Pantothensäure	0,53 mg	0,8 mg	1,6 mg
Vitamin B12	2,0 µg	3 µg	6 µg
Biotin	4,0 µg	6 µg	12 µg
Andere Stoffe			
Cholin	37 mg	55 mg	110 mg
Karotinoide	0,20 mg	0,30 mg	0,60 mg

Zutaten

Molkeneiweißisolat, Glukosesirup, pflanzliche Öle (Palmöl, Sonnenblumenöl, Rapsöl), Zucker, Galakto-Oligosaccharide (aus Milch), Leucin, Tricalciumphosphat, Calciumcarbonat, Emulgator (Sojalecithin), Pektin, Dimagnesiumphosphat, Valin, Fruktose-Oligosaccharide, Cholinchlorid, Isoleucin, Natriumchlorid, Süßstoffe (Acesulfam-K, Sucralose), Ascorbinsäure, DL-α-Tocopherylacetat, Natrium-L-ascorbat, Cholecalciferol, Eisensulfat, Zinksulfat, Cyanocobalamin, Nikotinamid, Mangansulfat, Kupfersulfat, Calcium-D-Pantothenat, Pyridoxinhydrochlorid, D-Biotin, Pteroylmonoglutaminsäure, Retinylpalmitat, Thiaminhydrochlorid, Natriumfluorid, DL-α-Tocopherol, Karotinoide (enthält Sojalecithin; gemischte Karotinoide, Lycopin, Lutein), Riboflavin, Natriumselenit, Chrom-(III)-chlorid, Natriummolybdat, Kaliumjodid, Phytomenadion.

Bei Erdbeere: Aroma (Erdbeere), Farbstoff (Betenrot)

Bei Vanille: Aroma (Vanille)

Kontraindikationen

FortiFit ist nicht geeignet für Personen unter 18 Jahren.

FortiFit ist mit besonderer Vorsicht zu verwenden von Personen mit bekannter Nieren- und/oder Leber-Funktionsstörung, mit hormonellen Krankheiten, verbunden mit gestörtem Calcium- und/oder Knochen-Stoffwechsel (gilt nicht für Osteoporose), mit einer zusätzlichen Calcium-Zufuhr über 500 mg pro Tag, mit einer zusätzlichen Vitamin D-Zufuhr über 40 µg pro Tag.

Dosierung

- Empfohlene Tagesmenge: 1 – 2 Portionen
- **Aufbauphase:** zweimal täglich über 3 Monate durchgehend
- **Erhalt:** regelmäßig einmal täglich
- Vor dem Frühstück und/oder mittags 125 ml Wasser in ein Glas geben und den Inhalt von einem Sachet/ 6 Messlöffel (40 g) **FortiFit** Pulver hinzufügen. Kräftig verrühren oder in einem Shaker schütteln, bis das Pulver ganz aufgelöst ist. **FortiFit** sollte direkt nach der Zubereitung verzehrt werden. Kühl und trocken lagern und nach dem Öffnen innerhalb eines Monats aufbrauchen.

Weitere Informationen zu FortiFit finden Sie unter www.fortifit.nutricia.at