



Sondnäring via gastrostomisond

Patientinformation

Innehåll

Vad är en gastrostomisond och varför får man det? ...	3
Skötsel av gastrostomisond.....	3
Vad händer om jag inte behöver gastrostomisonden längre? ..	5
Kan jag få hjälp med min gastrostomisond?	5
Information om sondnäringen	5
Olika sätt att ta sondnäring	7
Leverans och kostnader	8
Tillbehör, förvaring och hygien	9
Vägledning vid komplikationer	10
Uppföljning.....	12
Sjuksköterska på kirurgmottagningen.....	12

Vad är en gastrostomisond och varför får man det?

En gastrostomisond är en slang som man lägger in genom bukväggen och in i magsäcken. Ofta kallas gastrostomisonden PEG eller gastroknapp i vardagligt tal.

En gastrostomisond är ett bra sätt att få i sig mat och dryck om man inte klarar av att äta via munnen. Vissa som får gastrostomisond kan inte äta alls via munnen, andra kan äta men orkar inte få i sig så mycket som de behöver. En gastrostomisond är enkel att sköta om i hemmet och man kan ha den kvar så länge man behöver den. En del får mat genom gastrostomisond under hela sitt liv.

Skötsel av gastrostomisond

Innan du hanterar din gastrostomisond ska du alltid tvätta händerna med tvål och vatten. Undersök området under den yttre stopplattan varje dag. Tvätta med tvål och vatten och torka rent. Vrid slangen ett halvt varv (180°) per dag. Efter några veckor när området runt gastrostomisonden är läkt bör den motioneras en gång per vecka genom att du lossar på yttre stopplattan och för slangen en liten bit in och ut några gånger innan stopplattan sätts tillbaka på sin vanliga längd mot huden.

Under de första veckorna kan du duscha men undvik att strålen träffar direkt på slangen. Efter några veckor när området runt gastrostomin är läkt så kan du även bada och bada bastu.

De första dagarna ska du ha en torr kompress under stopplattan för att suga upp den vätska som kan komma från hålet genom huden. Efter en vecka behöver du inte använda kompress längre om huden är torr och ser fin ut.

Om huden under plattan rodnar ska du kontakta kirurgmottagningen på USÖ för bedömning. Telefonnummer till kirurgmottagningen finns på sista sidan i broschyren.

Vad ska jag göra om gastrostomisonden åker ut?

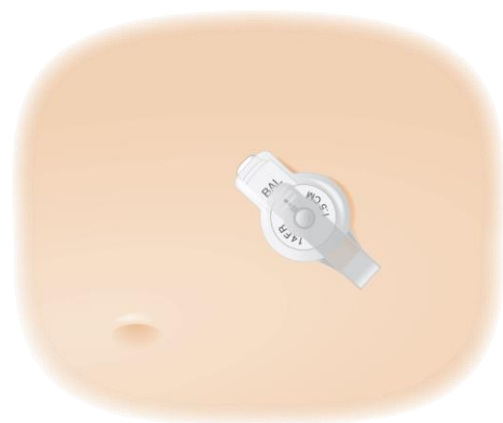
Sök akutmottagningen för hjälp. Om det är möjligt är det bra att föra in någon form av steril kateter i hålet så det inte sluter sig. Hålet sluter sig själv inom ett dygn om du inte gör något.

Behöver jag byta min gastrostomisond?

Om allt fungerar bra kan du ha samma gastrostomisond i flera år. Du behöver byta den om det blir stopp, om slangen går sönder eller börjar läcka eller om det blir beläggningar inuti slangen som gör det svårt att spruta in mat och vatten. Via kirurgmottagningen kan du också få hjälp att byta den yttre matningsadaptorn.

Kan jag få en kortare slang?

Efter minst åtta veckor kan du oftast få en gastroknapp i stället för den längre slangen. Knappen sitter direkt mot magen och hålls på plats av en vätskefylld ballong inuti magsäcken. Knappen behöver du sedan byta cirka fyra gånger per år. Det gör inte ont att byta den. När man matar i knappen så används en kopplings slang, som sedan tas bort då knappen inte används. Din dietist eller läkare kan skriva remiss för byte till gastroknapp, bytet görs på kirurgmottagningen USÖ.



Extra knapp

Du behöver se till att ha en eller två extra nya knappar hemma, inför planerat byte samt att kunna ha till hands om knappen åkt ut.

Skötsel av gastroknapp

- Tvätta och torka runt knappen dagligen. Inget förband behövs.
- Skölj igenom kopplings slangarna med minst 30 ml kranvatten, före och efter matning.
- Roterar knappen ett helt plus ett kvarts varv dagligen i samband med rengöring.
- Kontrollera vattenmängden i ballongen varje vecka. Fyll på med rent kranvatten vid behov.
- Knappen behöver bytas ca var 3:e månad. Var bytet sker gör man upp när första knappen sätts.
- Vid läckage eller hudproblem, kontakta kirurgmottagningen USÖ.

Munvård

Det är viktigt att fortsätta ta hand om din mun och dina tänder även när du använder gastrostomison. Borsta tänderna två gånger om dagen i två minuter med flourtandkräm och mjuk tandborste. Det finns även munvårdspinnar med mjukt skumhuvud att köpa receptfritt på apotek som du kan använda till att torka ur eller rengöra munnen.

Vad händer om jag inte behöver gastrostomisonen längre?

Då kan man ta bort den. Det är ett enkelt ingrepp som görs av sjuksköterska på kirurgmottagningen. Hålet läker oftast sedan snabbt igen. Kontakta kirurgmottagningen om det inte slutat vätska efter 3-4 veckor.

Kan jag få hjälp med min gastrostomison?

Om du behöver hjälp med att ta sondnäringen och sköta din gastrostomison så får du hjälp att planera detta i samband med att du ska lämna sjukhuset. Om du behöver får du hjälp av en sjuksköterska i kommunen att sköta gastrostomisonen och du kan också få hjälp av hemtjänsten att ta sondnäringen. Sjuksköterskan i kommunen hjälper dig tillsammans med dietisten att planera, organisera och följa upp behandlingen och hantera eventuella komplikationer.

Om du ska sköta din gastrostomison och ge dig mat själv så kallas det egenvård. Du ska då få utbildning i hur du ska göra det i samband med att du får gastrostomisonen.

Information om sondnäringen

Sondnäring är specialtillverkad för att innehålla all energi och näring vi behöver. Det finns många olika typer av sondnäring, dietisten räknar ut vilken som passar dig bäst och hur mycket du behöver.



Kommer jag få i mig allt jag behöver via sondnäringen?

Dietisten räknar ut vilken sondnäring du ska få och anpassar den efter hur mycket energi och näring du behöver. Dietisten utvärderar regelbundet om ditt behov har förändrats och vid behov tas blodprover för att se om du behöver tillskott av några vitaminer eller mineraler.

Kan jag spruta in annat än sondnäring i min gastrostomisonde?

Du kan spruta in annat än sondnäring i gastrostomisonden bara konsistensen är helt slät och inte tjockare än nyponsoppa. Även detta kan dietisten ge dig råd om.

Ska jag ta extra vatten i min gastrostomisonde?

Oftast behöver du ta extra vatten. Dietisten räknar ut hur mycket du behöver. Du behöver alltid spola minst 30 ml vatten före och efter varje gång du tar sondnäring, annan mat eller läkemedel i gastrostomisonden.

Kommer jag gå upp eller ner i vikt nu när jag får sondnäring?

Hur din vikt förändras beror på hur mycket sondnäring du får och hur mycket energi din kropp förbrukar. När behandlingen med sondnäring startas så sätter du tillsammans med dietisten ett mål med behandlingen, det kan vara antingen viktuppgång, viktnedgång eller att du ska stå still i vikt.

Får jag äta som vanligt samtidigt som jag har gastrostomisonde?

Det beror på varför du har fått gastrostomisonden och om du kan svälja på ett säkert sätt. Fråga din läkare, logoped eller dietist om du är osäker. Gastrostomisonden i sig hindrar inte att du äter och dricker det du klarar av.

Kan jag ta mina mediciner i gastrostomisonden?

Det är olika för olika mediciner, vissa kan krossas och blandas med vatten, andra kan bytas mot brustablett, flytande eller plåster. När du får gastrostomisonden behöver läkare ta ställning till om dina läkemedel kan tas i sond eller behöver bytas ut. När du får nya läkemedel behöver du berätta för din läkare att du tar dem via gastrostomisonde.

Om du själv ska ta dina mediciner i gastrostomisonden så behöver du få information från sjuksköterska hur du ska göra. Tänk på att varje tablett ska krossas och ges för sig samt att du behöver spola med vatten mellan varje läkemedel. Kross för läkemedel kan du köpa på apotek.

Olika sätt att ta sondnäring

Det finns flera olika sätt att ta sondnäringen på, ofta är det flera som kan fungera för dig och du kan då välja det du föredrar eller kombinera flera olika metoder.

Pumpmatning

En sondnäringspump används för att pumpa in maten. Den kan ställas in på olika hastigheter och på hur mycket sondnäring som behövs per måltid. Matning med pump passar för dig som behöver få maten långsamt eller som tycker det är enkelt att knappa in rätt mängd och hastighet på pumpen.



Hur får jag en pump?

Du får låna pumpen av Region Örebro län, den förskrivs som ett hjälpmedel till dig. Den avdelning på sjukhuset där du är efter att ha fått gastrostomisonden ser till att du får med dig en pump när du lämnar sjukhuset. Om pumpen slutar fungera hör du av dig till dietisten, se sista sidan för telefonnummer. I väntan på att få en ny pump kan du ta maten med spruta, på samma sätt som du tar vatten och läkemedel.

Du kan ha pumpen och sondnäringen på en droppställning som står på golvet eller sitter fast på din rullstol, rollator eller säng. Det finns också ett bordsstativ. Prata med dietisten om vad som kan passa dig.



Pumpmatning med ryggsäck

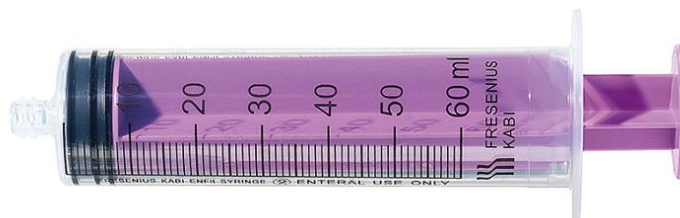
Pumpryggsäck är ett bra hjälpmedel för dig som är aktiv och måste få sondnäring under en stor del av dagen. Ryggsäcken kan också hängas på eventuell rullstol. Prata med din dietist om du tror du har användning för en ryggsäck.

Gravitationsmatning/droppmatning

Sondnäringen hänger på en droppställning och rinner med hjälp av gravitationen genom sonden, du kan själv ställa in önskad hastighet med hjälp av en rullklämma på slangen.

Sprutmatning

Sondnäringen sprutas in i sonden med hjälp av en spruta. Du använder samma spruta som man annars ger vatten och läkemedel med.



Leverans och kostnader

Sondnäring och alla tillbehör som behövs subventioneras av region Örebro län. Du betalar en avgift baserat på hur mycket sondnäring du behöver och hur mycket annan mat du äter, avgiften ingår inte i högkostnadsskyddet.

- Hel nutrition 1500 kr per uttag som räcker i en månad (*smakportioner eller sväljträning med vanlig mat kan förekomma*)
- Halv nutrition 750 kr per uttag som räcker i en månad (*sondnäring som komplement till övrig mat*)
- Kosttillägg 250 kr per uttag som räcker i en månad (*enstaka näringsdrycker i sond*)

Avgift för receptförnyelse tas ut enligt regionens taxa och ingår i högkostnadsskyddet. Produkterna levereras hem eller till postutlämningsställe utifrån dina önskemål. Leveranskostnaden ingår i priset ovan. Leveranstid är ca 1 vecka. Vi rekommenderar att du har produkter för en månads förbrukning hemma för att undvika problem vid restnoteringar och leveransstörningar.

Tillbehör, förvaring och hygien

Tvätta händerna med tvål och vatten samt använd handsprit innan du börjar hantera sondnäring och tillbehör. Tillbehör till sondnäringen ska när förpackningen är bruten förvaras på en plats avsedd för livsmedelshantering, till exempel i ett kök, inte i ett hygienutrymme som till exempel ett badrum.

Sprutor

Sprutorna rymmer 60 ml och används för att ge vatten, eventuella läkemedel samt för att skölja igenom gastroknappen före och efter måltid. Om du har läkemedel som är svåra att spola rent efter eller om du har en gastrostomisond som mynnar ut i tunntarmen behöver du också en spruta på 10 ml som ger ett högre tryck när du spolar med vatten i sonden.

Hur hanterar jag sprutorna?

Sprutorna är flergångs och kan oftast användas i en vecka. Byt spruta om den är trög, otät, repig eller missfärgad. Ta isär och diska sprutan med diskmedel och varmt vatten efter varje måltid. Låt den lufttorka utan att sätta ihop den. Förvara sprutan torrt och dammfritt. Om du är extra infektionskänslig kan du få engångssprutor, det bedöms av din läkare.

Aggregat

Aggregat kallas den långa slang som används för att koppla ihop din gastrostomisond med sondnäringförpackningen. På aggregatet finns också en port för läkemedel om du behöver ta dessa under tiden sondnäringen pågår.

Aggregaten är en engångsprodukt, det betyder att du ska ta en ny slang till varje måltid. Om din sondnäring pågår under hela dagen eller dygnet byter du aggregat när du tar en ny förpackning.



Kopplings slang (för dig med gastroknapp)

När du har en gastroknapp behöver du en kopplings slang för att koppla ihop knappen med aggregatet eller sprutan. Byt till en ny kopplings slang om det bildas beläggning som inte går bort eller om slangen blir trög eller svår att använda. Vanligt intervall för byte av kopplings slang är mellan en gång per

vecka och en gång per månad. Kopplingsslangen diskas mellan användningarna med diskmedel och vatten och sköljs noggrant. Den förvaras mellan användningarna i kylskåp i en försluten påse eller burk. Beroende på ditt behov finns kopplings slang som är 30 cm eller 60 cm lång samt med eller utan läkemedelsport och med olika vinkel ut från knappen.

Hur ska jag förvara sondnäringen?

Öppnade förpackningar sondnäring förvaras i rumstemperatur. Bäst-föredatum finns på förpackningen. Öppnad förpackning har en hållbarhet på 24 timmar om den återförsluts och förvaras i kylskåp. Om du upplever obehag av att ta kylskåpskall sondnäring kan du ta fram den 30 minuter innan måltiden eller värma den försiktigt i vattenbad inför måltiden.

Vissa förpackningar har ett skyddande membran i öppningen och kan förvaras öppnade i rumstemperatur, du får information om vad som gäller den sondnäring du använder i samband med förskrivning.

Vägledning vid komplikationer

Du är alltid välkommen att kontakta dietisten för vägledning vid komplikationer. Om du har en kommunsjuksköterska tar du i första hand kontakt med denne. Tabellen nedan ger råd om enklare åtgärder vid toleransproblem och när du behöver kontakta vården.

Illamående	<ul style="list-style-type: none">• Sänk hastigheten på sondnäringen.• Dela upp maten på fler och mindre måltider.• Se till att sondnäringen är rumstempererad.• Ta inte mer än 30 ml vatten före och efter måltid. Ta istället resterande mängd vatten mellan sondnäringens måltiderna.
Kräkningar	<ul style="list-style-type: none">• Sänk hastigheten på sondnäringen.• Ha en upprätt sittställning under tiden du får sondnäring• Dela upp maten på fler och mindre måltider.

Kräkningar	<ul style="list-style-type: none"> • Ta inte mer än 30 ml vatten före och efter måltid. Ta istället resterande mängd vatten mellan sondnäringens måltiderna .
Diarré	<ul style="list-style-type: none"> • Lös avföring är normalt när du får sondnäring. • Om du får vattniga diarréer, testa att sänka hastigheten på sondnäringen. • Om du tar antibiotika är det vanligt med diarréer, du kan då kontakta din dietist och fråga om det är aktuellt för dig att använda probiotika för att hjälpa till att normalisera tarmfloran. • Vid omfattande diarréer kan du behöva använda vätskeersättning. Kontakta din läkare eller dietist för råd kring detta.
Hunger (utan viktnedgång)	<ul style="list-style-type: none"> • Dela upp sondnäringen på fler måltider. • Öka mängden vätska du tar i samband med måltid. • Kontakta dietisten för diskussion kring om du kan byta till en annan sondnäring som ger större volym
Hunger (med viktnedgång)	<ul style="list-style-type: none"> • Kontakta dietisten för ny bedömning av hur mycket sondnäring du ska ta per dag.
Obehaglig mättnadskänsla	<ul style="list-style-type: none"> • Dela upp maten på fler och mindre måltider. • Ta inte mer än 30 ml vatten före och efter måltid. Ta istället resterande mängd vatten mellan sondnäringens måltiderna .
Förstoppning	<ul style="list-style-type: none"> • Säkerställ att du tar ordinerad mängd vätska • Kontakta läkare för diskussion om du behöver lösande läkemedel • Kontakta dietist för eventuellt byte av sondnäring.

Uppföljning

Du och dietisten gör tillsammans en plan för hur behandlingen ska följas upp. Hur tät kontakt ni har beror på dina behov. Du och dietisten behöver ha kontakt minst en gång per halvår för uppföljning och ny förskrivning.

Du är alltid välkommen att kontakta dietist innan planerad uppföljning om du har frågor kring din behandling eller din förskrivning.

Dietist: _____

Telefon: _____ eller skriv via 1177

Kontaktsjuksköterska: _____

Telefon: _____

Sjuksköterska på kirurgmottagningen

Kirurgmottagningen svarar på frågor om hur gastrostomisond och gastroknapp ska skötas. De kan hjälpa dig om du får besvär från gastrostomisonden eller området runt den samt byta den vid behov. Boka telefontid: 019-602 45 70

Beställ leverans av sondnäring och tillbehör

Du beställer själv uttag genom att kontakta Mediq Direct. Du kan beställa flera uttag av mat åt gången, du kommer då få betala en egenavgift per uttag. Du betalar ingen egenavgift om du behöver beställa ett extra uttag med tillbehör. Tänk på att alltid ha ca 1 månads förbrukning av sondnäring och tillbehör i lager så att du undviker problem vid restnoteringar och försenade leveranser.

Telefon till mediq: 031 388 92 00

Webshop: www.plus.mediq.se