

## Sondnäring som egenvård - patientinformation

Den här informationen riktar sig till dig som själv ansvarar för att ta sondnäringen enligt den instruktion du fått från sjukvården. Om du inte fysiskt klarar av att ta sondnäringen kan du istället instruera anhöriga eller assistenter i hur de ska ge dig sondnäringen.

Innan du börjar ta sondnäringen som egenvård ska du ha fått utbildning i hur du gör det på ett säkert sätt. Du ska också ha fått skriftlig information om din ordination, hur du tar sondnäringen och vart du ska vända dig vid komplikationer.

När du har sondnäring som egenvård behöver tänka på följande:

- **Att du tar den mängd sondmat och vätska som du och dietisten kommit överens om.** *Om du inte klarar av att ta den mängd ni kommit överens om måste du kontakta dietisten för hjälp att bedöma om några förändringar behöver göras i ordinationen. Om du tycker att du behöver mer sondmat än ni kommit överens om behöver du också ringa för att stämma av med dietisten och vid behov ändra ordinationen.*
- **Att väga dig minst en gång per månad eller så ofta som dietisten rekommenderat och att rapportera förändringar i vikt till dietisten för hjälp att bedöma om några förändringar behöver göras i ordinationen.**
- **Att du själv och alla andra som hanterar sondmaten följer de instruktioner som givits om hygien, hantering och sittställning vid måltid samt skötsel av gastrostomisond eller nasogastrisk sond.**
- **Att beställa sondmat och tillbehör i god tid.** *Du behöver beställa så att du alltid har produkter för fyra veckor hemma om leveransproblem skulle uppstå.*
- **Att kontakta dietisten i tid vid behov av receptförnyelse.** *Ring genast efter att du beställt det sista uttaget från mediq.*
- **Att söka akut om din gastrostomisond/nasogastriska sond slutar fungera och du inte kan få i dig mat och vatten.** *Du kan vänta med att åka till akuten till nästa dag om du inte har läkemedel du måste ta via sonden och som du inte kan vänta med.*
- **Att utbilda eventuell ny personal som ska hjälpa dig med sondmatningen så att de kan hantera den på ett säkert och hygieniskt sätt.**

Om du behöver hjälp med punkterna ovan så behöver du berätta det för dietisten, läkaren eller kontaktsjuksköterskan. Man behöver då ha en vårdplanering så att du kan få hjälp av kommunens hemsjukvård och hemtjänst med att ta sondnäringen och ha kontakt med dietisten för uppföljning.