

PEG S ÚSMEVOM

VIEM, AKO SA STARAŤ O VÝŽIVOVÚ SONDU

Radca pre pacientov a rodinu



MÔJ ŽIVOT S VÝŽIVOVOU SONDOU

Lekár zaviedol Vám či Vášmu blízkemu výživovú sondu, pretože to vyžadoval aktuálny zdravotný stav alebo liečba. Chápeme, že sa ocitáte v novej situácii a môžete mať obavy z toho, čo Vás čaká. Možno si nie ste istí, či si s ošetrovaním PEG poradíte doma. Tento poradca Vám poskytne oporu pri starostlivosti a podávaní výživy do Vašej PEG sondy.

S výživovou sondou sa čoskoro naučíte rutinne zaobchádzať. Nemusíte sa báť, pretože ani aplikácia výživy, ani bežná starostlivosť o sondu nebolí. Časom zistíte, že PEG môže byť pre Vaše okolie nenápadný a nemusí znamenať ani veľké obmedzenie bežných aktivít.

Podporu a rady nájdete nielen v tomto sprievodcovi, ale aj u svojho lekára, u diétnej sestry a na kontaktoch uvedených v tejto brožúre.

Nie ste v tom sami! Pomôžeme Vám.

Tím Nutricia



MOJE DÔLEŽITÉ INFORMÁCIE A KONTAKTY

Zapíše zdravotník

Dátum zavedenia sondy:

Sonda: ☐ PEG ☐ PEG / J ☐ PEJ ☐ Iná:

☐ 6 FR ☐ 12 FR ☐ 18 FR ☐ 24 FR
☐ 8 FR ☐ 14 FR ☐ 20 FR ☐ 30 FR
☐ 10 FR ☐ 16 FR ☐ 22 FR

Predpísaný produkt enterálnej výživy:	Spôsob podávania:	Počet dávok a veľkosť dávky výživy:	Poznámka zdravotníka:
.....	☐ striekačkou	Celodenná dávka: ml	
.....	☐ pumpou	Rozvrhnutie: x ml	
.....	☐ gravitačným setom	Rýchlosť prietoku (pumpa, set): ml / h	

Pitný režim:

Aplikujte celkovo ml vody / deň

Kedy a v akých dávkach?

Kontakty:

Kontakt na infolinku Nutricia: **0800 444 006**

Kontakt na lekára / sestru:

VÝŽIVOVÉ SONDY

Niektoré ochorenia či úrazy neumožňujú prijímať dostatočné množstvo potravy ústami. Pre zaistenie dennej dávky živín a energie môže preto lekár odporučiť zavedenie výživovej sondy, ktorá umožňuje aplikovať ako výživu, tak tekutiny a lieky.

AKÚ VÝŽIVOVÚ SONDU MÁM ZAVEDENÚ?

Voľba výživovej sondy a spôsob jej zavedenia je na rozhodnutí lekára, ktorý individuálne posúdi stav pacienta a všetky súvislosti.

Nazogastrická sonda

Tenká sonda zavedená cez nos až do žalúdka.

Zvyčajne je určená na krátkodobé živienie (niekoľko týždňov).

PEG

(Perkutánná Endoskopická Gastrotómia)

Sonda zavedená do žalúdka priamo cez brušnú stenu. Zvyčajne určená na dlhodobé živienie.

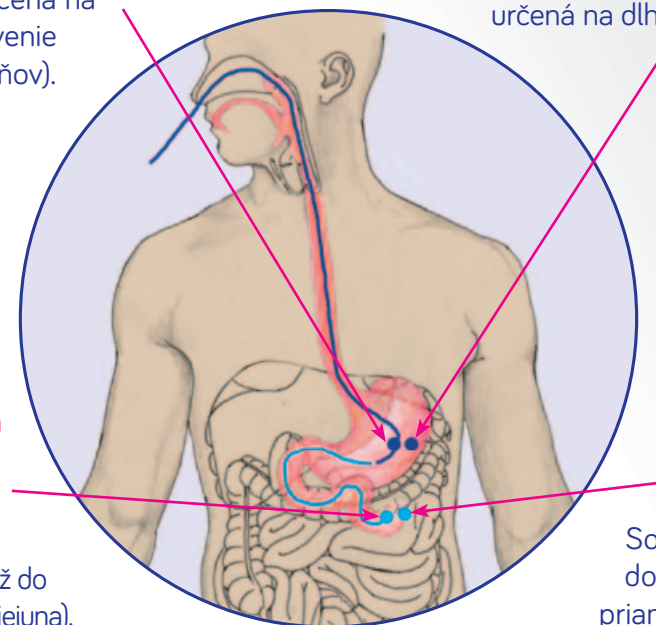
Nazojejunálna sonda

Tenká sonda zavedená cez nos a žalúdok až do tenkého čreva (jejuna). Zvyčajne je určená na krátkodobé živienie (niekoľko týždňov).

PEJ

(Perkutánná Endoskopická Jejunostómia)

Sonda zavedená do čreva (jejuna) priamo cez brušnú stenu. Obvykle určená na dlhodobé živienie.



Iné typy PEG:

Výživový gombík (Feeding button), alebo sonda s vnútorným balónikom (G-tube)

Sondy, ktoré možno zaviesť až 6-8 týždňov po zavedení PEG. Na ich zavedenie už nie je potrebné endoskopické vyšetrenie. Na odporúčanie lekára sa zavádza určitým skupinám pacientov (napr. deti, aktívni pacienti).

PEG / J- je črevná sonda, ktorá sa pretiahne cez už zavedený PEG.

MOJA VÝŽIVA A PITNÝ REŽIM

Výživa je
dôležitá!
Pristupujte
k nej
zodpovedne.

PREČO JE VÝŽIVA DÔLEŽITÁ PRE MOJE TELO AJ DUCHA?

Správna výživa zohráva dôležitú úlohu pri liečbe akéhokoľvek ochorenia. Je známe, že neadekvátna výživa môže zhoršiť nielen telesný, ale aj psychický stav. Ak nie je možné potrebný príjem zabezpečiť bežnou stravou, je lekárom predpísaná špeciálna tekutá výživa do výživej sondy (ďalej len sondová výživa), ktorá telu dodá potrebnú energiu a živiny.

AKÁ VÝŽIVA PATRÍ DO SONDY PEG?

Výber vhodnej sondovej výživy vykonáva výhradne lekár. Ten určí produkt, ktorý obsahuje správny pomer živín, energie a ďalších dôležitých zložiek (napr. vláknina). Zároveň je tento produkt vhodný na aplikáciu do sondy (ľahko sa aplikuje, neupcháva sondu a je hygienicky bezpečný).

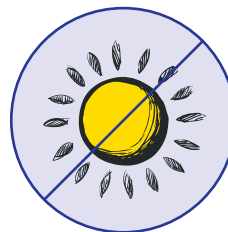


SONDOVÁ VÝŽIVA NIE JE „UMELÁ VÝŽIVA“

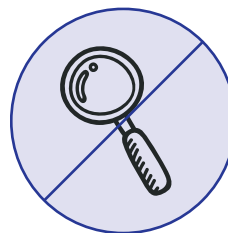
Produkty sondovej výživy pochádzajú z bežných surovín, ako je mlieko, sója alebo hrach. Sú obohatené o hodnotné zdroje tukov, ako je napr. rybí, repkový alebo slnečnicový olej. Obsahujú všetky potrebné vitamíny, minerálne látky a tiež napr. antioxidanty.

MOJE PRODUKTY SONDOVEJ VÝŽIVY

AKO A KDE SKLADOVAŤ SONDOVÚ VÝŽIVU?



Neotvorené produkty **skladujte na chladnom, čistom a suchom mieste, mimo mraz, priame slnko a zdroja tepla** (neskladujte napr. blízko kúrenia alebo v presklenej lodžii).



Všímajte si **exspiráciu, vzhľad výživy a prípadné porušenie obalu výrobku**. Produkty s uplynulou dobou trvanlivosti, poškodeným obalom alebo netypickým vzhľadom (napr. zrazenina) zlikvidujte a v žiadnom prípade ich nepoužívajte.

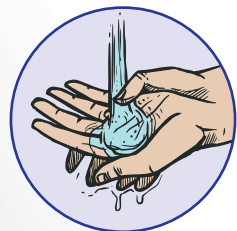


PODÁVAME VÝŽIVU DO SONDY

NAJDÔLEŽITEJŠIE PRAVIDLÁ



Nezávisle od metódy podávania **vykonajte pred každou aplikáciou výživy tieto úkony:**



Umyte si ruky

Pred podávaním výživy si vždy umyte ruky pomocou teplej vody a mydla, utrite do čistého uteráka.



Pripravte si všetky pomôcky vopred

Pomôcky závisia od metódy podania výživy (viď ďalej – bolusové podanie, podanie pumpou, podanie gravitačným setom).



Polohujte do sedu / polosedu

Pri podávaní výživy a aspoň pol hodiny potom je potrebné zotrvať v sede, alebo aspoň polosedu (neležať na rovine bez zdvihnutia hlavy).



Skontrolujte a pretrepte výživu

Skontrolujte, či je balenie Vašej výživy neporušené a výživa nepresiahla dátum minimálnej trvanlivosti. Pred aplikáciou balenie s výživou dôkladne pretrepte.



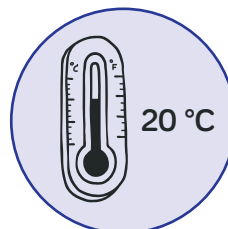
Skontrolujte stav a pozíciu PEG

Všímajte si známky poškodenia sondy (trhliny, praskliny, presakovanie, opotrebenie konektora) a prípadne ich konzultujte s lekárom.



Prepláchnite sondu

Pred aj po aplikácii výživy prepláchnite sondu vodou pomocou striekačky. Použite 20–40 ml vody na každý preplach.



Podávajte výživu pri izbovej teplote

Sondová výživa má mať v čase aplikácie izbovú teplotu (cca 20–30 °C). Studená výživa môže spôsobiť tráviace ťažkosti. Výživu neohrievame pomocou zdrojov tepla. Ak otvorenú výživu uskladňujete v chladničke, nechajte ju pred aplikáciou aspoň 30 minút v izbovej teplote.



Podávajte výživu pomaly

Neponáhľajte sa. Aplikujte výživu pozvoľna a postupne. Predídete tým možným komplikáciám (napr. hnačka, nevoľnosť).

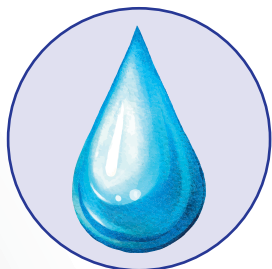


PAMATÄJTE SI!!!

Otvorené balenie sondovej výživy je nutné spotrebovať do 24 hodín.

Striekačky, adaptéry a aplikačné súpravy sú odporúčané výrobcom pre dodanie výživy 1 osobe po dobu 24 h.

KEDY A AKO APLIKOVAŤ VODU



Aj keď produkty sondovej výživy obsahujú obvykle 70–80 % vody, nemusia pokryť Vašu potrebu tekutín. Váš lekár určí, koľko tekutín navyše máte aplikovať do sondy. Časť vody aplikujete v rámci preplachu sondy pri aplikácii výživy alebo lieku (zvyčajne 300–500 ml / deň). Zvyšný objem vody je nutné doplniť, najlepšie v čase medzi jednotlivými dávkami výživy.

AKÉ TEKUTINY PATRIA DO SONDY?



Žalúdočná sonda:

- Pitná voda
- Neperlivá stolová voda



Črevná sonda:

- Sterilná voda
- Prevarená voda

DO SONDY URČITE NEPATRÍ!!!

MIXOVANÁ STRAVA



Nevýhody mixovanej stravy preukázateľne prevyšujú jej výhody. Odborníci ju preto neodporúčajú.

K čomu to môže viesť?

- Strádanie pacienta vplyvom nedostatočnej výživy
- Upchatie sond a aplikačného materiálu
- Hnačkám či nevoľnostiam

DŽÚSY, ŠŤAVY, MALINOVKY, MINERÁLNE VODY



K čomu to môže viesť?

Vyzrážanie preplachu s výživou a následné upchatie sondy

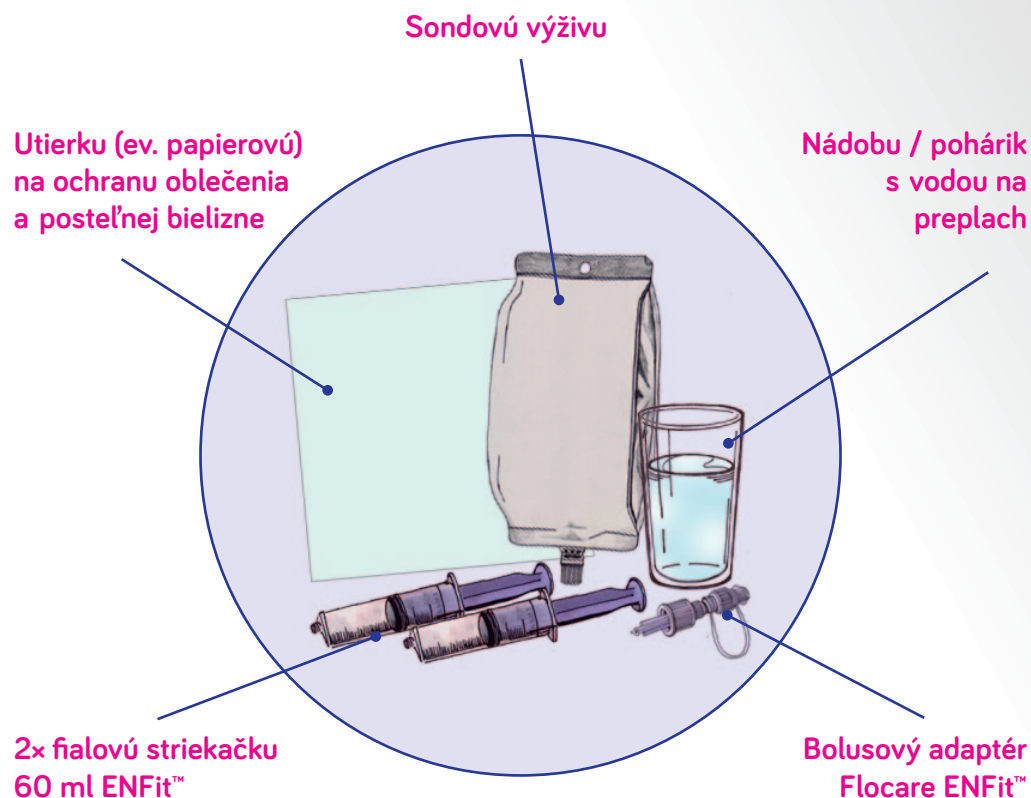
TIP!

Nájdite si na YouTube:
„Mixovaná strava do sondy“

PODÁVAME VÝŽIVU STRIEKAČKOU

Aplikácia výživy do sondy striekačkou (tzv. bolusové podanie) je najrozšírenejšou metódou. Veľkosť a frekvenciu dávok Vám určí lekár. Príkladom bežného režimu bolusového podania môže byť napr. dávka 250 ml, aplikovaná každé 4 hodiny počas dňa.

AKÉ POTREBUJETE POMÔCKY?



Váš lekár Vás vybaví potrebným množstvom výživy aj aplikačného materiálu.

AKO APLIKOVAŤ BOLUS STRIEKAČKOU?

1 Najprv si umyte ruky, prichystajte si všetky pomôcky a dodržte všetky pravidlá uvedené v kapitole „Najdôležitejšie pravidlá“ na str. 8–9. Je vhodné mať k dispozícii 2 striekačky. Jednu striekačku použite na preplach a druhú na podávanie výživy.

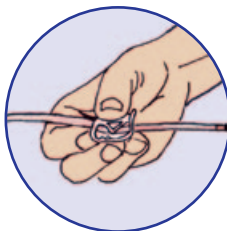
2 **Vykonajte preplach sondy:**



Natiahnite do striekačky preplachovú vodu, odskrutkujte čiapečku na sonde a naskrutkujte na sondu striekačku.



Povoľte svorku na hadičke sondy a aplikujte preplachovú vodu do sondy.



Zatvorte svorku na hadičke sondy a odskrutkujte prázdnu striekačku.

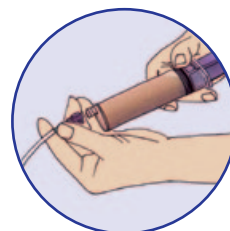
3 **Natiahnite výživu do striekačky**

Výživu môžete z vaku preliať do čistého pohára a z pohára natiahnuť do striekačky. Alebo na vak s výživou naskrutkovať bolusový adaptér pre striekačku ENFit™ a výživu do striekačky natiahnuť priamo z vaku.

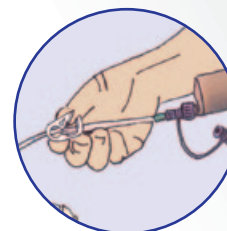


4

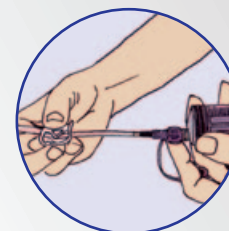
Aplikujte výživu do sondy:



Striekačku s výživou naskrutkujte na sondu.



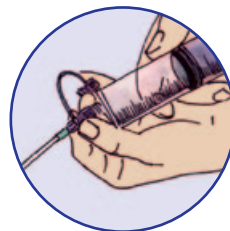
Povoľte svorku na hadičke sondy a pomaly aplikujte výživu do sondy.



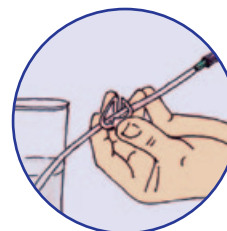
Zatvorte svorku na hadičke sondy, odskrutkujte prázdnu striekačku. Opakujte postup, kým nedosiahnete cieľovú dávku.

5

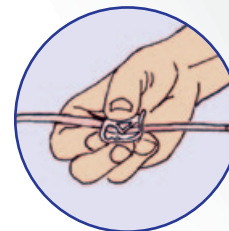
Znovu vykonajte preplach sondy:



Natiahnite do striekačky preplachovú vodu a naskrutkujte striekačku na sondu.



Povoľte svorku na hadičke sondy a aplikujte preplachovú vodu do sondy.



Zatvorte svorku na hadičke sondy a odskrutkujte prázdnu striekačku. Naskrutkujte čiapečku na sondu.

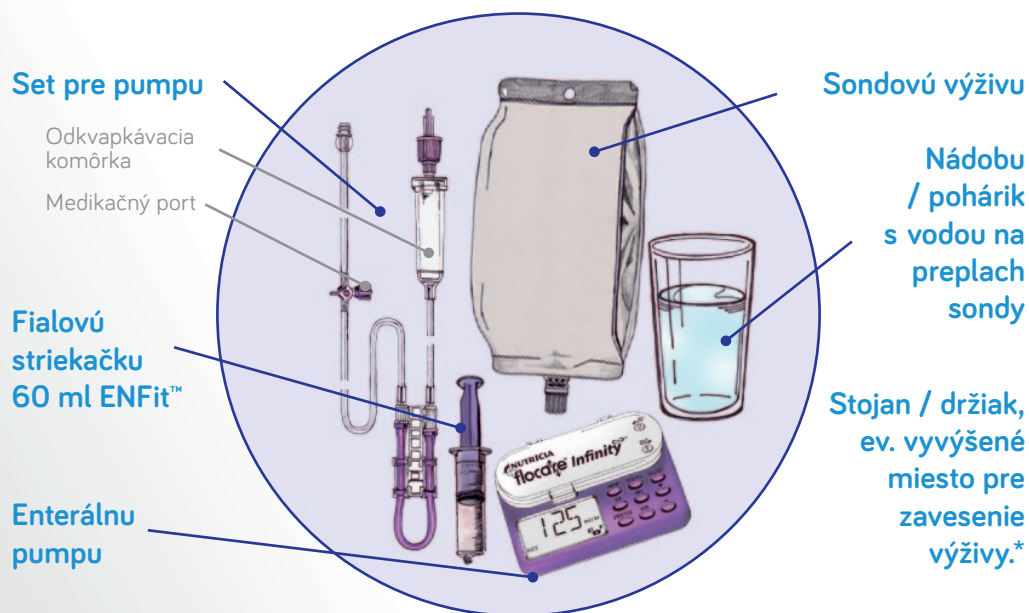
!

Striekačku vypláchnite teplou vodou a nechajte uschnúť.

PODÁVAME VÝŽIVU PUMPOU

Výživa pumpou sa spravidla ordinuje pacientom, ktorí potrebujú dávkovať výživu do čreva, alebo je u nich nutné dávkovať výživu pomaly a v dlhších časových intervaloch. Veľkosť dávok, priebeh dávok v čase a rýchlosť prietoku výživy určí lekár.

AKÉ POTREBUJETE POMÔCKY?



Aké existujú druhy aplikačných setov?

Existujú sety s odkvapkávacou komôrkou alebo bez. Pre aktívnych / trvalo neležiacich pacientov je vhodné mať set bez odkvapkávacej komôrky (tzv. Mobilný set). Set môže byť vybavený medikačným portom, do ktorého je možné aplikovať medikáciu alebo preplach bez nutnosti odpájať set od sondy.

TIP!

*V domácich podmienkach možno výživu zavesiť napr. na ramienko.



Váš lekár Vás vybaví dostatočným množstvom výživy i aplikačného materiálu.

AKO APLIKOVAŤ VÝŽIVU PUMPOU



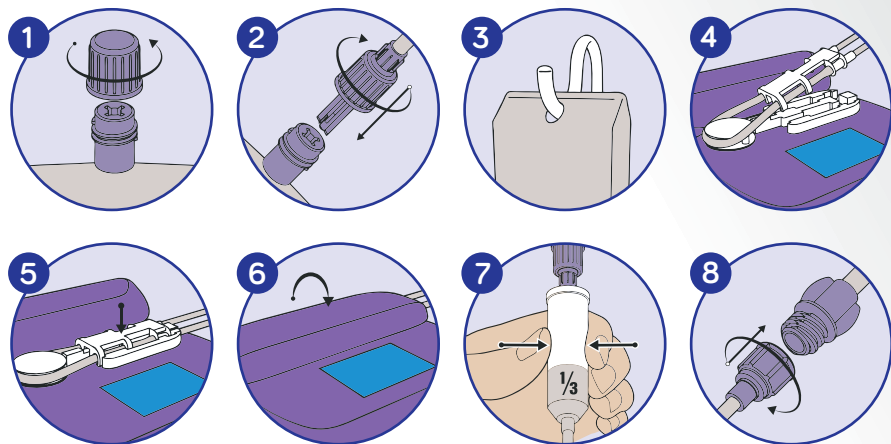
Pozor! Pred použitím pumpy si pozorne prečítajte priložený návod na použitie.



Najprv si umyte ruky, prichystajte si všetky pomôcky a dodržte všetky pravidlá uvedené v kapitole „Najdôležitejšie pravidlá“ na str. 8–9.



Vložte set do pumpy a pripojte ho na výživu (príklad vkladania setu do pumpy Flocare® Infinity™):

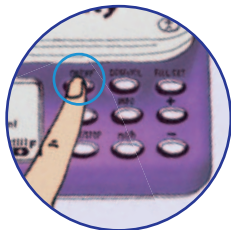


- 1) Vybaľte set z obalu, odskrutkujte viečko z balenia výživy
- 2) Krížový konektor setu vsuňte hlboko do hrdla balenia sondovej výživy, potom upevnite otočným uzáverom
- 3) Balenie s výživou zavesíte na stojan alebo vložte do držiaka
- 4–6) Otvorte opatrne dvierka pumpy a založte do pumpy kazetu setu, dvierka pumpy opäť zavrite
- 7) Ak máte set s odkvapkávacou komôrkou, stlačením ju naplňte cca do 1/3 výživou
- 8) Pripojte výživový set k sonde pomocou závitú

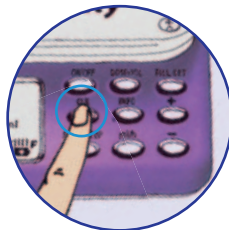
3

Zapnite pumpu, vykonajte nastavenie dávky
(Príklad nastavenia pumpy Flocare® Infinity™):

Zapnutie a nastavenie rýchlosti prietoku výživy



Zapnite pumpu tlačidlom **ON / OFF** až pípne. Chvíľu počkajte.



Stlačte **CLR** (vymaže predchádzajúce nastavené hodnoty).



Stlačením tlačidiel **+/-** nastavte rýchlosť prietoku (ml / h).

Nastavenie celkovej dávky

a) Nastavenie požadovaného množstva výživy

(napr. chceme, aby pumpa aplikovala celkovo 500 ml výživy a potom sa zastavila).



Stlačte **DOSE=VOL**.



Stlačením tlačidiel **+/-** nastavte požadovanú celkovú dávku (ml).



b) Nastavenie nepretržitého podávania

(napr. chceme, aby pumpa nepretržite aplikovala výživu nastavenou rýchlosťou po celú noc).



Stlačte **DOSE=VOL**.

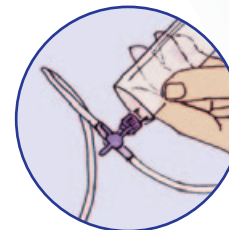


Stlačte **CLR**, na displeji sa zobrazí text „CONT“ (z angl. Continuous = Nepretržite).



4

Prepláchnite sondu vodou

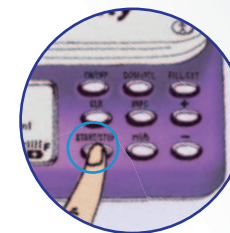


Uvoľnite svorku na hadičke sondy, aplikujte cca 20–40 ml preplachovej vody do medikálneho portu setu * (prípadne priamo do sondy) pomocou striekačky ENFit™.

5

Spustite podávanie výživy pumpou

Stlačte **FILL SET** a počkajte (pumpa naplní set výživou a sama sa zastaví).

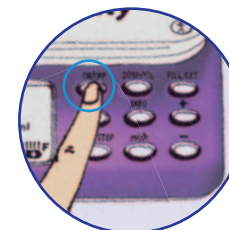


Potom stlačte **START / STOP** (pumpa začne dávkovať výživu podľa vášho nastavenia).

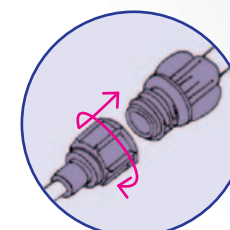
Ukončenie živenia a odpojenie setu



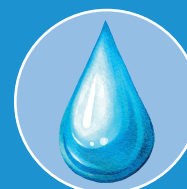
Stlačte **START / STOP** (pumpa prestane dávkovať).



Stlačte **ON / OFF** (pumpa sa vypne).



Zatvorte svorku na hadičke sondy, odskrutkujte set a naskrutkujte na koncovku sondy čiapečku.



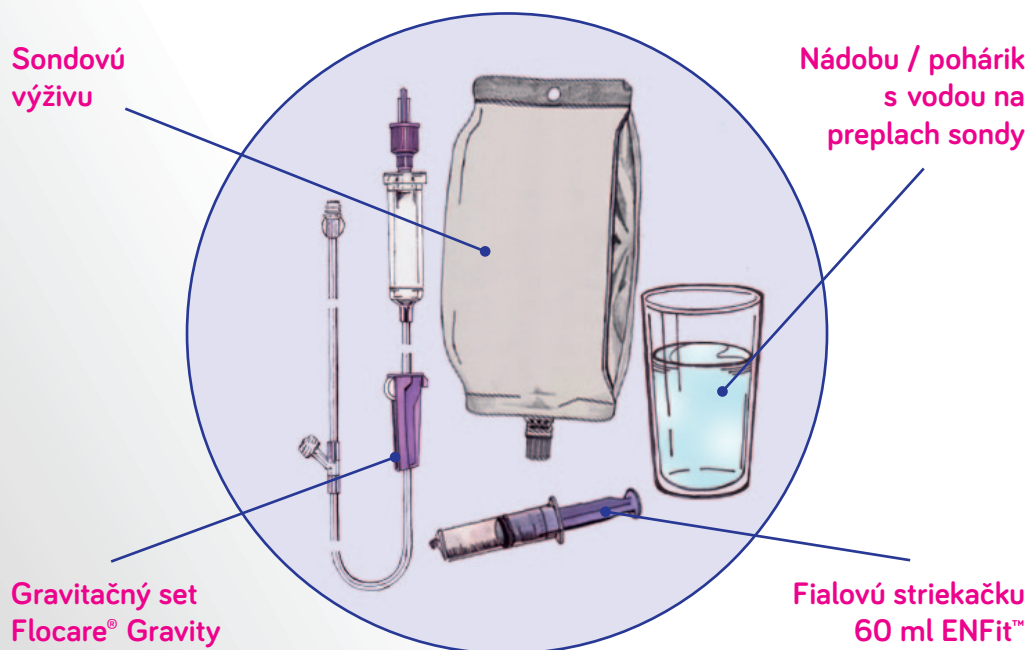
DÔLEŽITÉ!!!

Preplachujte sondu vodou aspoň 1× 8 h (lepšie 1× 4 h, alebo i častejšie).

PODÁVAME VÝŽIVU GRAVITAČNÝM SETOM

Živenie pomocou gravitačného setu je jednoduchým spôsobom podávania enterálnej výživy, ktorý funguje na princípe samospádu. Veľkosť dávky, rýchlosť podávania a rozloženie dávky v čase Vám určí lekár.

AKÉ POTREBUJETE POMÔCKY?



Váš lekár Vás vybaví dostatočným množstvom výživy i aplikačného materiálu.

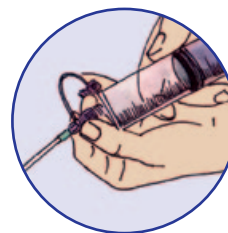
AKO APLIKOVAŤ VÝŽIVU GRAVITAČNÝM SETOM?

1

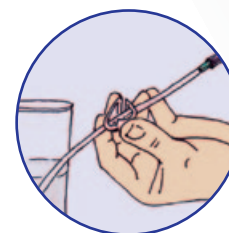
Najprv si umyte ruky, prichystajte si všetky pomôcky a dodržte všetky pravidlá uvedené v kapitole „Najdôležitejšie pravidlá“ na str. 8–9.

2

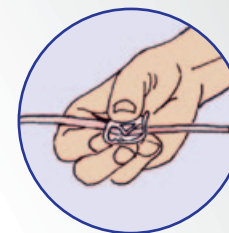
Vykonajte preplach sondy:



Natiahnite do striekačky preplachovú vodu, odskrutkujte čiapku na sonde a naskrutkujte na sondu striekačku.



Povoľte svorku na hadičke sondy a aplikujte preplachovú vodu do sondy.

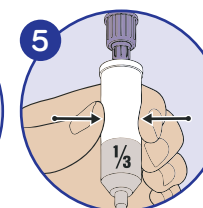
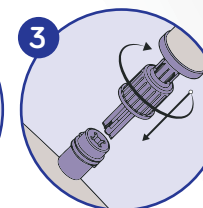
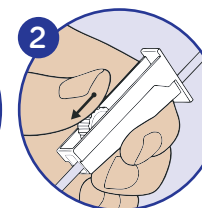
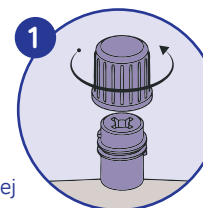


Zatvorte svorku na hadičke sondy a odskrutkujte prázdnu striekačku.

3

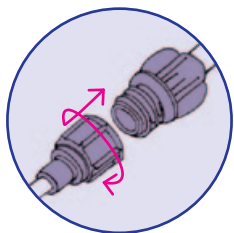
Pripojte výživu na set

- 1) Vybalte set z obalu, odskrutkujte viečko z balenia výživy.
- 2) Zidťe kolieskom regulátora do spodnej polohy (utiahnuté).
- 3) Krížový konektor setu vsuňte hlboko do hrdla balenia sondovej výživy, potom upevnite otočným uzáverom.
- 4) Balenie s výživou zaveste na stojan / držiak / háčik (musí byť vo vyššej úrovni ako sonda).
- 5) Stlačením naplňte odkvapkávaciu komôrku výživou cca do 1/3.

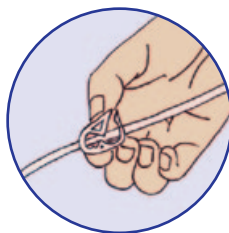


4

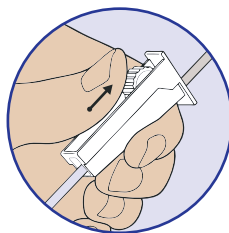
Pripojte set na sondu a zahájte podávanie výživy



Pripojte výživový set k sonde pomocou závit.



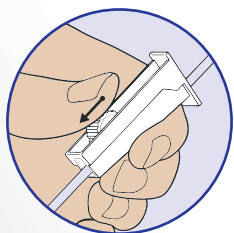
Uvoľnite svorku na hadičke sondy.



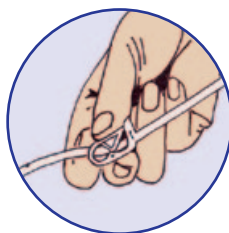
Nastavte požadovanú rýchlosť prietoku výživy pomocou kolieska regulátora na sete (20 kvapiek = 1 ml). Tým zahájite živienie.

5

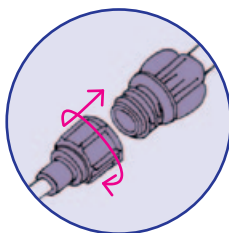
Odpojte výživový set



Pre dokvapkanie dávky výživy zídte kolieskom regulátora na sete do spodnej polohy (utiahnuté).



Zatvorte svorku na hadičke sondy.



Odpojte výživový set od sondy, uzavrite závit na sete pomocou krytky.

6

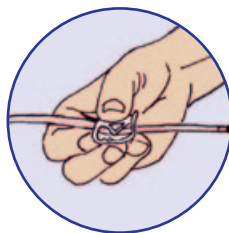
Znovu vykonajte preplach sondy



Natiahnite do striekačky preplachovú vodu a naskrutkujte na sondu striekačku.



Povoľte svorku na hadičke sondy a aplikujte preplachovú vodu do sondy.



Zatvorte svorku na hadičke sondy a odskrutkujte prázdnu striekačku. Naskrutkujte na sondu čiapočku.

AKO APLIKOVAŤ LIEKY DO SONDY?

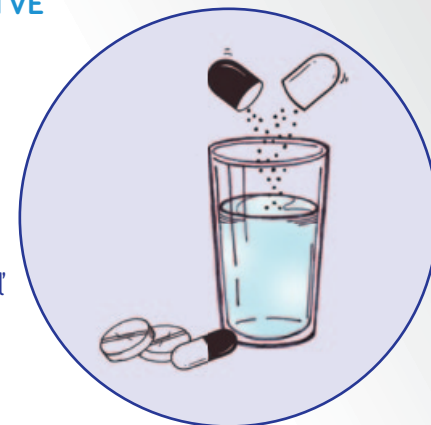
Podávanie liekov vždy konzultujte so svojím lekárom. Uprednostňujte lieky v tekutej forme (kvapky, sirupy). Ak je liek dostupný len vo forme tabliet, starostlivo ho rozdrvte na jemný prášok, napr. v trecej miske s tlčikom.



POZOR! VENUJTE ČAS ROZDRVENIU LIEKU NA JEMNÝ PRÁŠOK. PREDCHÁDZATE TAK RIZIKU UPCHATIA SONDY! PRÁŠOK Z ROZDRVENÝCH TABLIET (PRÍP. VYSYPANÝ Z KAPSÚL) ROZPUSTITE V MALOM MNOŽSTVE VLAŽNEJ PREVARENEJ VODY.

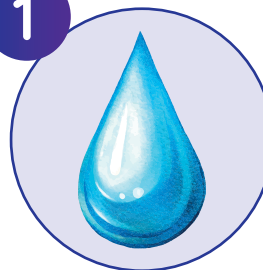
Ak sa nedarí liek úplne rozpustiť, konzultujte prípadnú úpravu dávkovania alebo potrebnú zmenu liekovej formy so svojím lekárom.

Lieky sa podávajú do žalúdka. Pokiaľ máte jejunálnu sondu, lekár by Vám mal naordinovať inú formu lieku.



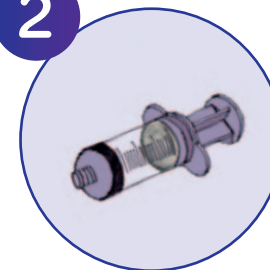
POSTUP PODÁVANIA LIEKOV DO SONDY:

1



Prepláchnite sondu 20–40 ml vody.

2



Nasajte zmes lieku s vodou do striekačky a aplikujte do sondy.

3



Prepláchnite sondu 20–40 ml vody.

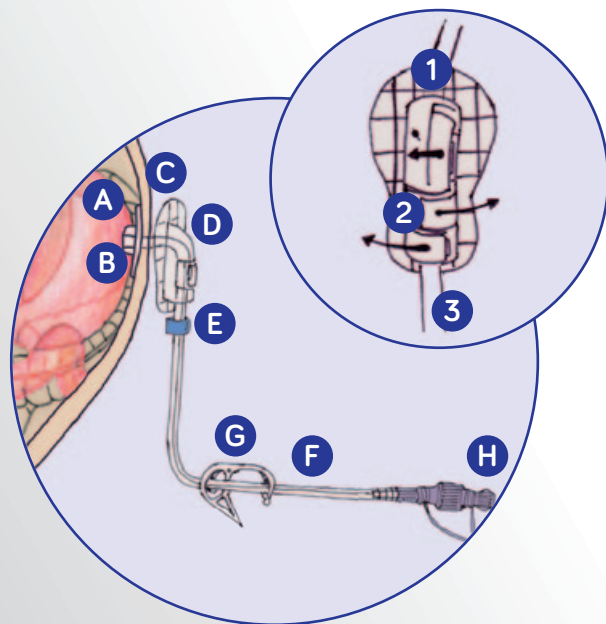
AKO SA MÁM STARAŤ O PEG?

Počas Vášho pobytu v nemocnici je starostlivosť o PEG záležitosťou ošetrojúceho personálu. Po prepustení z nemocnice sa starostlivosť o PEG stane súčasťou Vášho každodenného života. Je dobré sa naučiť starať o Váš PEG už v nemocnici. Pod dohľadom skúseného personálu sa všetko potrebné Vy alebo Vaši blízki rýchlo naučíte.



ČASTI PEG

(príklad sondy – Flocare® PEG)

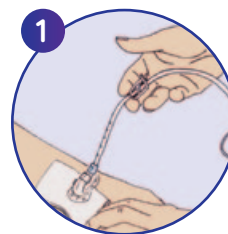


- A** Žalúdok
- B** Vnútny disk
- C** Brušná stena
- D** Vonkajší disk
- E** Fixačná poistka
- F** Hadička sondy PEG
- G** Svorka
- H** Konektor pre podanie výživy

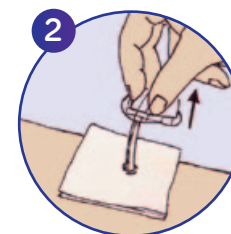
- 1** Vonkajší disk
- 2** Úchyty disku
- 3** Hadička sondy

STAROSTLIVOSŤ O PEG PRVÝCH 10 DNÍ PO ZAVEDENÍ

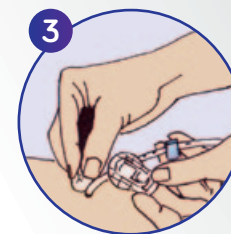
Miesto vpichu je rizikové z hľadiska infekcie. Dodržujte pravidlá hygieny a udržiavajte ranu čistú a suchú. Pred ošetrovaním PEG si vždy dôkladne umyte ruky. Miesto vpichu budete mať prekryté sterilným krytím. Lekár môže odporučiť zahájiť pravidelné otáčania (rotáciu) PEG približne od 3. dňa po zavedení. Zdravotnícky personál Vás informuje o tom, ako doma vykonávať rotáciu a meniť krytie. (Príklad manipulácie s Flocare® PEG)



Dôkladne si umyte ruky. Šetrným ťahom za sondu zistíte, či sa nepovyfahuje z miesta vpichu.



Ak potrebujete posunúť silikónový disk, aby vám nebránil pri ošetrovaní miesta vpichu, uvoľnite fixačnú poistku, uvoľnite hadičku sondy z úchytov disku a za stáleho mierneho ťahu posuňte disk od brušnej steny.



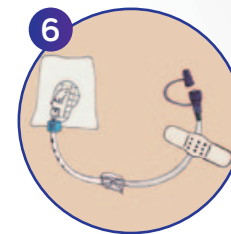
Skontrolujte, očistite a vydezinfikujte miesto vpichu, priliehajúcu časť hadičky sondy a obe strany silikónového disku. Prekryte ranu sterilným štvorcem.



Pokiaľ máte silikónový disk posunutý od brušnej steny, posuňte ho späť tak, aby mätko dosadol na pokožku. Pri posúvaní disku udržiavajte stály mierny ťah za hadičku sondy.



Upevnite hadičku sondy do úchytu diskov a upevnite fixačnú poistku.



Voľný koniec sondy môžete ku koži fixovať náplastou.



AKO VEĽMI MÁ BYŤ UTIAHNUTÝ VONKAJŠÍ DISK?

Medzi pokožkou a diskom nemá byť veľká vôľa – disk má mätko priliehať k brušnej stene s vôľou do 5 mm.

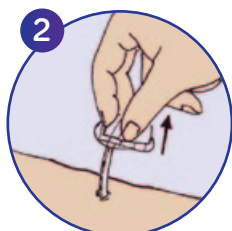
STAROSTLIVOSŤ O PEG OD 10. DŇA OD ZAVEDENIA

Miesto zavedenia PEG by malo byť zahojené. PEG už nebude potrebné dezinfikovať ani podkladať sterilným štvorcem. PEG však denne kontrolujte a udržiajte v čistote. Pri objavení akejkoľvek zmeny v mieste zavedenia sondy (začervenanie, opuch, hnis atď.), konzultujte situáciu s lekárom. Z dôvodu prevencie zarastania vnútornej časti PEG do žalúdočnej sliznice **je dôležité pravidelne vykonávať ponáranie a rotáciu PEG** (najlepšie denne, minimálne však 1x týždenne).

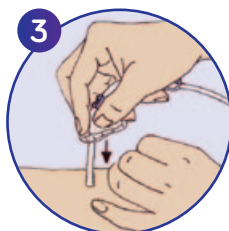
PONÁRANIE A ROTÁCIA PEG:



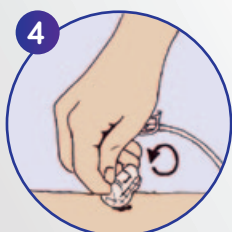
Dôkladne si umyte ruky. Šetrným ťahom za sondu zistíte, či sa nepovyťahuje z miesta vpichu.



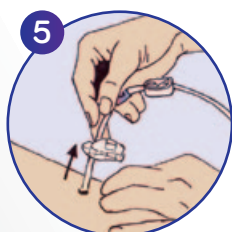
Uvoľnite fixačnú poistku, uvoľnite hadičku sondy z úchytu disku a za stáleho mierneho ťahu posuňte disk od brušnej steny.



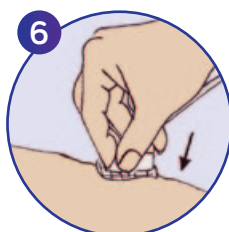
Ponorte hadičku PEG cca o 2–3 cm do brušnej steny.



Otočte hadičku PEG aspoň o 360°.



Vytiahnite hadičku PEG späť na pôvodné miesto pomocou mierneho ťahu. Očistite hadičku.



Za stáleho mierneho ťahu za hadičku sondy posuňte silikónový disk späť tak, aby mätko dosadol na pokožku a upevnite ho.

Pozn.: U sondy PEG / J sa nevykonáva rotácia, ale iba ponáranie. U PEJ sa ponáranie ani rotácia nevykonáva. U výživového gombíka sa vykonáva pootočenie po každom podaní výživy.

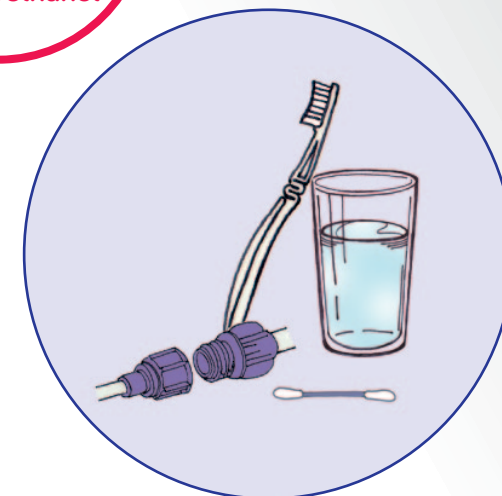
ČÍM MÔŽEM DEZINFIKOVAŤ MIESTO VPICHU A VONKAJŠÍ DISK?



Niektoré druhy dezinfekčných látok nesmú byť na dezinfekciu sondy použité, pretože môžu negatívne ovplyvňovať vlastnosti sondy.

HYGIENA KONCOVIEK SONDY

Nezabúdajte na každodennú očistu koncoviek a súčiastok PEG. Na čistenie zvyčajne postačí čistá voda a zubná kefka, ev. vatová tyčinka.



NEZABÚDAJME NA STAROSTLIVOSŤ O ÚSTNU DUTINU

Aj keď neprijímate stravu ústami, nezabúdajte na každodenné čistenie zubov a starostlivosť o ústnu dutinu. Tým udržíte zuby a ďasná čisté, odstránite baktérie a zubný povlak.

ČO ROBIŤ PRI KOMPLIKÁCIÁCH?

Problém	Možné príčiny	Riešenie
Upchatý / nepriechodný PEG	Uzavretá svorka na sonde alebo sete.	Uvoľnite svorku na sonde alebo sete.
	Zalomená sonda, ev. hadička setu.	Vykonajte kontrolu polohy sondy, setu.
	Nedostatočne rozdrvené lieky, zrazená výživa, nevhodná výživa do sondy (napr. mixovaná strava).	Ak je hadička upchatá, postupujte v tomto poradí: 1 Premasírujte hadičku sondy medzi prstami. 2 Aplikujte do sondy vlažnú vodu – nasávajte a vytlačajte pomocou striekačky. 3 Aplikujte rozpustenú sódu / pankreolan. Ak postup nepomohol, kontaktujte lekára.



POZOR! Nikdy nevsúvajte do PEG žiadne predmety!!!



Preveniou upchatia PEG je používanie predpísanej klinickej výživy, dôkladné rozdrvenie a rozpustenie liekov pred aplikáciou a časté preplachovanie PEG. Pri uvoľňovaní upchatej sondy je vhodné použiť menšiu striekačku.

Problém	Možné príčiny	Riešenie
Presakovanie výživy a žalúdočných štiav	Nedostatočné zabezpečenie vonkajšieho disku, uvoľnenie sondy.	Očistite brušnú stenu od znečistenia, prípadne vydezinfikujte okolie miesta zavedenia sondy. Mierne dotiahnite silikónový disk na sonde tak, aby správne dosadol na brušnú stenu. Tesne za silikónový disk upevnite fixačnú poistku. Pokiaľ tento postup nepomáha, kontaktujte lekára.

Problém	Možné príčiny	Riešenie
Prasknutie hadičky alebo konektora na PEG	Nešetrná manipulácia. PEG je zavedený dlhšiu dobu, než je odporúčané.	Drobnú prasklinu dočasne prelepte (náplast, lepiaca páska atď.) a kontaktujte lekára / špecializované pracovisko. Pri objavení väčších prasklín kontaktujte lekára. PEG konektor je možné objednať v lekární nový a vymeniť.



Preveniou prasknutia hadičky PEG je striedanie miesta uzatvárania svorky. Odporúčame pravidelne posúvať svorku na vonkajšej polovici hadičky sondy.

Problém	Možné príčiny	Riešenie
Zafarbenie hadičky sondy PEG	Používanie čaju na preplach alebo aplikácia nevhodných tekutín (džúsy, cola atď.).	Na zabezpečenie pitného režimu a na preplach používajte iba čistú vodu.
Hnačka, zvracanie, navrátenie obsahu žalúdka do úst	Príliš rýchle podávanie výživy. Nesprávna teplota výživy. Veľký objem výživy naraz. Nedostatočné polohovanie pacienta.	Spomaľte, ev. prerušte podávanie výživy a odložte ho na neskoršiu dobu. Znížte dávku, alebo ju rozložte do dlhšieho časového úseku. Podávajte výživu pri izbovej teplote. Polohujte pacienta do sedu / polosedu pri podávaní výživy a aspoň 30 minút potom.
	Účinky liekov. Poruchy črevnej mikroflóry. Neznášanlivosť výživy.	Kontaktujte lekára.
Zápcha	Nedostatočný prísun tekutín. Nedostatočný príjem vlákniny. Nedostatok pohybu. Účinok podávaných liekov.	Pridajte tekutiny. Kontaktujte lekára.

Problém	Možné príčiny	Riešenie
Vdýchnutie výživy alebo žalúdočných štiav (aspirácia)	Nesprávne polohovanie pacienta pri podávaní výživy. Príliš rýchle podávanie výživy. Veľký objem výživy naraz.	Kontaktujte lekára. Vykonávajte polohovanie do sedu / polosedu. Dodržujte odporúčanú rýchlosť podávania a množstvo výživy.
Začervenaná, opuchnutá koža v okolí PEG	Mechanické podráždenie. Alergia na dezinfekciu. Infekcia.	Kontaktujte lekára.
Vytiahnutie hadičky PEG z brušnej dutiny	Neopatrná manipulácia s PEG. Prasknutie vnútorného balónika (u sondy s vnútorným balónikom).	Čo najrýchlejšie vložte do dutiny náhradnú hadičku (napr. vytiahnutú hadičku PEG, príp. inú čistú hadičku) a zafixujte ku koži pomocou náplasti. Cieľom je zabrániť zatiahnutiu vstupu do žalúdka. Kontaktujte pracovisko, ktoré PEG zavádzalo.
Výskyt krvi alebo drobné krvácajúce ložiská v mieste vpichu	Mechanické podráždenie. Podráždenie žalúdočnými šťavami.	Kontaktujte lekára.
Chýbajúce koncovky alebo súčiastky na PEG	Strata alebo opotrebenie. Neopatrná manipulácia.	Kontaktujte ambulanciu alebo lekára. Prípadne sa obráťte na zákaznícku linku výrobcu / distribútora daného PEG.

ČASTO KLADENÉ OTÁZKY

„Môžem prijímať stravu tiež ústami, aj keď mám zavedený PEG?“

Zavedenie PEG nemusí zákonite znamenať, že pacient nemôže prijímať stravu či tekutiny ústami. Poradte sa so svojim lekárom, či vzhľadom na svoj stav a priebeh liečby môžete prijímať stravu ústami, prípadne ako kombinovať oba typy výživy. Ak však PEG k živieniu nepoužívate, je nutné ho denne preplachovať.

„Pokiaľ bude podávanie výživy sondou dlhodobé, zaručí mi rovnaké výhody ako potrava prijímaná ústami?“

Áno. Enterálna výživa do sondy predstavuje plnohodnotnú náhradu prirodzenej stravy. Vďaka tomu, že má vyvážené zloženie a obsahuje všetky živiny a látky, ktoré človek denne potrebuje, môže byť jediným zdrojom potravy.

„Môžem sa sprchovať, kúpať alebo plávať, keď mám výživovú sondu?“

Poradte sa so svojim lekárom. Po 5 dňoch od zavedenia PEG sa už môžete zvyčajne sprchovať a po 10 dňoch kúpať. Môžete chodiť plávať, ak je rana v mieste zavedenia sondy zahojená, bez známok zápalu a sonda je uzavretá a zároveň dobre chránená. Sondy môžete chrániť pomocou špeciálnej vodotesnej náplasti. Odporúčame, aby ste sa pri plávaní vyhýbali nekvalitným, nedôveryhodným alebo znečisteným vodným zdrojom.

„Môžem cvičiť a športovať?“

Pokiaľ Vám to zdravotný stav dovolí, je dobré vykonávať pravidelnú fyzickú aktivitu alebo primerane cvičiť. Avšak je potrebné sondu a kožu v jej okolí čo najviac chrániť a vyhýbať sa prudkým, náhlým pohybom, ktoré by mohli viesť k uvoľneniu sondy.

„Môžem si výživu do sondy ohriať?“

Výživa podávaná sondou by mala mať v čase podávania vždy izbovú teplotu (20–30 °C). Studená výživa môže vyvolať tráviace ťažkosti alebo hnačku. Ak výživu do sondy príliš zohrejete (napr. v horúcej vode alebo mikrovlnnej rúre), môžete ju tzv. „uvařit“, a tým znížite jej nutričnú hodnotu. Výživu teda prudko nezohrievajte. V prípade potreby ponechajte potrebné množstvo výživy pri izbovej teplote.

„Môžem so sondou ísť do zahraničia, napríklad na dovolenku?“

Cestovanie môže niekomu pripadať náročné, ale je možné. Vždy sa poraďte so svojím lekárom a spýtajte sa ho, či môžete cestovať. Pred cestou si nechajte od lekára vystaviť stručnú lekársku správu (najlepšie v angličtine), ktorá bude potvrdzovať nutnosť Vášho užívania špeciálnej výživy. Toto potvrdenie budete potrebovať na letisku, keď budete prechádzať bezpečnostnou kontrolou. Vezmite si so sebou dostatočnú zásobu výživy, prípadne si overte, či je Váš typ výživy v danom mieste dostupný.

„Ako nakladať so sondovou výživou a výživovými setmi?“

Otvorený vak enterálnej výživy uchovávajú v chladničke a spotrebujte do 24 hodín. Výživové sety sú odporúčané výrobcom na podanie výživy po dobu 24 hodín. Ak používate set dlhšie ako 24 hodín, môže tiež dôjsť k presakovaniu výživy, nepresnému dávkovaniu, upchatiu či zavzdušneniu setu. Prázdne vaky od výživy a použité sety zlikvidujte ako bežný domový odpad.

„Budem mať PEG zavedený už navždy?“

PEG nemusí predstavovať konečné riešenie výživy. Ak sa Váš zdravotný stav zlepší a budete schopní plnohodnotne obnoviť príjem stravy ústami, môže Váš lekár v spolupráci s klinickým logopédom navrhnúť odstránenie PEG. PEG sa zvyčajne odstraňuje pomocou gastroskopie.

OSOBITNÉ POĎAKOVANIE

Za metodické, odborné i praktické rady a významnú pomoc pri tvorbe obsahu tejto brožúry:

doc. MUDr. František Novák, Ph.D.

IV. interní klinika VFN a 1. LF UK

Vedecký sekretár SKVIMP

Martina Horová

Metabolická a nutriční poradna, Thomayerova Nemocnice

Mgr. Tomáš Glac

KARIM, Fakultní nemocnice Ostrava

RADA NA ZÁVER:

Vždy sa poraďte so svojím lekárom, ako postupovať a čo je pre Vás vhodné. Počas hospitalizácie sa naučte zvládnuť techniku podávania výživy cestou PEG / PEJ za dohľadu zdravotníckeho personálu. Vyžiadajte si postupy a informácie na pracovisku, kde Vám bola sonda zavedená.

Odporúčania a informácie uvedené v tejto brožúre by Vám mali pomôcť správne používať a starať sa o výživovú sondu. Nenahrádzajú rady lekára alebo iného odborníka v zdravotníctve. Prípadné nejasnosti konzultujte s ošetrovateľom.



TUBE19HOSPAT15SK I Materiál je určený pacientom, ktorým bola lekárom indikovaná sondová enterálna výživa. Pripravky enterálnej výživy a aplikačný materiál musia byť používané pod lekárskeym dohľadom.

Nutricia s.r.o., Prievozská 4, 821 09, Bratislava, Slovensko

Infolinka: 0800 444 006

 **NUTRICIA**
LIFE-TRANSFORMING NUTRITION