

Ensure[®]
PLUS
ADVANCE
RTH

AKO SA STARÁŤ O PEG/PEJ



AKO SA STARAŤ O PEG/PEJ – OBSAH

KAPITOLY:

ČO JE TO PEG/PEJ A PRE KOHO JE URČENÁ

- Pre koho je PEG/PEJ určená

AKO SA STARAŤ O SVOJU PEG/PEJ

- Prvých 10 dní
- Od 10. dňa po zákroku
- Ošetrovanie a dezinfekcia

PODÁVANIE VÝŽIVY

- Aká je vhodná výživa
- Čiastočná vs. úplná enterálna výživa
- Spôsoby podávania výživy
 - Kontinuálne/nepretržité podávanie
 - Bolusové dávkovanie/po jednotlivých dávkach
 - Dodržiavanie pitného režimu pri podávaní výživy
- Návod na podávanie výživy
 - Príprava
 - Bolusové podanie
 - Kontinuálne podávanie
- Podávanie liekov

NAJČASTEJŠIE OTÁZKY



Edukačná brožúrka, ktorú držíte v rukách, je praktický radca, ktorý Vám pomôže s podávaním výživy a so starostlivosťou o PEG/PEJ. Naším cieľom je pomáhať ľuďom žiť čo najkvalitnejší život, ktorého základom je pevné zdravie. V tejto brožúrke nájdete potrebné rady a odporúčania, ktoré pomôžu pozitívne ovplyvniť váš život s PEG/PEJ. Ak budete mať akékoľvek otázky alebo niečomu nebudete rozumieť, vždy sa obráťte na svojho ošetrujúceho lekára.

INFORMAČNÉ ÚDAJE A KONTAKTY

Ošetrujúci lekár: _____

Pracovisko: _____

Telefón: _____

Dátum zavedenia PEG/PEJ: _____

Predpísaná výživa (značka a typ): _____

ČO JE TO PEG/PEJ A PRE KOHO JE URČENÁ

PEG (perkutánná endoskopická gastrotómia) je endoskopicky zavedená sonda na podávanie výživy do žalúdka. Sonda ústi na jednej strane na koži a na druhej do žalúdka, takže umožňuje priame podávanie výživy.

Existujú rôzne typy PEG, ktoré sa líšia tým, či je zavedený pevný disk, balónik či výživový gombík. Základná starostlivosť o rôzne typy PEG sa veľmi nelíši.

PEJ (perkutánná endoskopická jejunostómia) je podobná PEG, rozdiel spočíva v tom, že ústie sondy na podávanie výživy ústi do jejuna (prvej kľúčky tenkého čreva) a nie do žalúdka. Zavedenie PEJ sa vykonáva v prípade, ak nie je možné podávať výživu do žalúdka. Pri PEJ sú vyššie nároky na hygienickú starostlivosť a líšia sa aj nároky na špecifickú výživu a spôsob jej podávania.

Pre koho je PEG/PEJ určená?

PEG/PEJ je určená pre pacientov, ktorí nemôžu prijímať stravu perorálne (ústami) alebo ju prijímajú len v obmedzenom objeme, a to najmä dlhší čas. Obvykle slúži na obdobie dlhšie ako 6 týždňov pre hospitalizovaných pacientov, ale tiež pacientov v domácej starostlivosti. V prípade nemožnosti prijímania výživy a tekutín alebo v prípade komplikácií pri prijímaní PEG/PEJ zabezpečuje dostatočný prísun všetkých potrebných živín a tekutín. Ak je možné hoci len čiastočne prijímať stravu a tekutiny ústami, je vhodné v tom pokračovať. Podávanie umelej výživy do PEG/PEJ potom slúži na doplnenie denného príjmu na potrebnú úroveň.

AKO SA STARAŤ O SVOJ PEG/PEJ

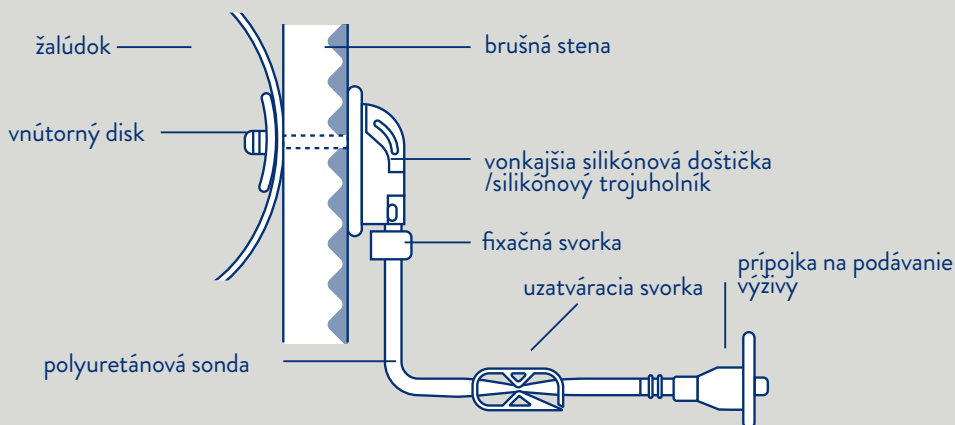
Starostlivosť o PEG sa líši v prvých 10 – 14 dňoch po zavedení a po tomto období. Je to kvôli riziku potenciálnej infekcie čerstvého vpichu.

Pred manipuláciou si vždy dôkladne umyte ruky!

Starostlivosť počas prvých 10 dní

Počas prvých 2 týždňov ošetrojte PEG/PEJ každý deň. Miesto vpichu je náchylné na vznik a prestup infekcie, preto je veľmi dôležité dodržiavať hygienické zásady. Venujte pozornosť akýmkoľvek zmenám, ktoré môžu v mieste vpichu nastať, napr. začervenanie, hnis, vytekание výživy a pod.

- Každý deň dezinfikujte miesto vpichu a obe strany vonkajšej doštičky.
- Vonkajšiu doštičku podložte sterilným štvorcom, ten vymieňajte podľa potreby, najneskôr však pri ďalšom dezinfikovaní
- Od 4. dňa sa odporúča jemné pootáčanie sondou
Hadičku PEG jemne uchopte a ľahkým voľným pohybom ju pootočte min. raz o 360°
- Od 7. dňa sa odporúča vykonávať tzv. zanorovanie (nerobí sa pri PEJ)
Hadičku PEG zanorte o 2 – 3 cm a pomaly s ňou otočte o 360°. Úkon vykonávajte len jemným tlakom a ťahom, aby nedošlo k poškodeniu alebo narušeniu umiestnenia PEG. Zanorovanie a otáčanie je dôležité na udržanie správneho stavu kanálíka a prevenciu vrastenia vnútorného disku do sliznice.
- Sondu sa odporúča pravidelne preplachovať. Ak sa nepoužíva, tak aspoň 1× denne



Pozn. V prípade balónikovej PEG je na miesto vnútorného disku zavedený balónik naplnený fyziologickým roztokom.



Od 10. dňa po zákroku

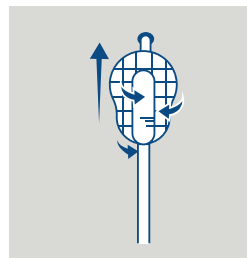
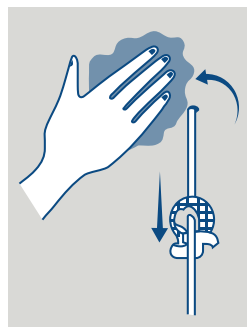
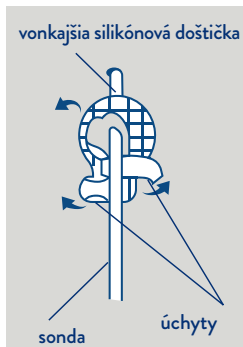
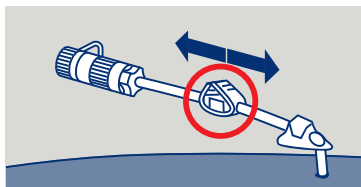
Po 10 – 14 dňoch stačí PEG ošetrovať len 1× denne. Okolo súpravy a miesta zavedenia sa vytvára väzivový kanálik a znižuje sa tak riziko priameho vzniku infekcie. Ak je kanálik takto zahojený, nie je už nutné podkladať vonkajšiu doštičku sterilným štvorcom. Ak kanálik nie je zahojený a objavujú sa komplikácie ako napr. zápal či hnis, tak sa o ďalšom postupe poraďte so svojim lekárom. Po nejakom čase môže katéter zmeniť farbu do žltá alebo do hnedá, táto zmena nie je škodlivá.

- **1× denne kontrolujte stav sondy:** vykonajte základnú kontrolu stavu sondy. Sú na sonde viditeľné nejaké zmeny? Presakovanie, trhliny? Okamžite kontaktujte svojho lekára.
- **Zanorovanie a otáčanie 1× denne v priebehu 6 týždňov (nevykonáva sa pri PEJ):** Raz denne je potrebné vykonať zanorenie a otáčanie. Hadíčku PEG zanorte o 2 – 3 cm a pomaly s ňou otáčajte o 360°. Úkon vykonávajte len jemným tlakom a ťahom, aby nedošlo k poškodeniu alebo narušeniu umiestnenia PEG. Zanorovanie a otáčanie je dôležité na udržanie správneho stavu kanáliku a prevenciu vrastenia vnútorného disku do sliznice.
- **Po 6 týždňoch stačí vykonávať zanorovanie a otáčanie len 2× týždenne.**

! AK IDE OTÁČANIE A ZANOROVANIE ŤAŽKO PRÍPADNE NEJDE VÔBEC, VYHLÁDAJTE POMOC NA PRACOVISKU, KDE BOLA SONDA ZAVEDENÁ. !

Ošetrovanie a dezinfekcia

1. Vždy, pred každou manipuláciou s PEG/PEJ si dôkladne umyte ruky.
2. Jemne zatiahnite za sondu a uistite sa, že sa nepovyťahuje z miesta vpichu.
3. Pri rovnomernom jemnom ťahu za sondu uvoľnite fixačnú svorku a úchytky vonkajšej doštičky, ktoré sondu fixujú.
4. Doštičku posuňte v smere od brušnej steny cca o 5 cm.
5. Dôkladne očistite obe strany doštičky, miesto vpichu a jeho okolie.
6. Skontrolujte, či okolie vpichu nie je bolestivé, začervenané alebo či sa v okolí vpichu nevyskytujú zvyšky výživy či žalúdočných štiav. V prípade balónikového typu PEG skontrolujte, či obsah fyziologického roztoku zodpovedá obsahu pri zavedení. Do vstupu pre balónik pripojte striekačku, nasajte roztok, skontrolujte jeho objem a vstreknite späť. Ak je fyziologického roztoku menej ako pri zavedení, objem je možné doplniť prevarenou vodou. V prípade opakovaného úbytku kontaktujte svojho lekára.
7. Umyte (v prvých dňoch alebo pri komplikáciách aj vydezinfikujte) miesto vpichu a obe strany doštičky.
8. Jemným stálym ťahom posuňte silikónovú doštičku späť na pôvodné miesto k brušnej stene.
9. Silikónovú doštičku zafixujte svorkou. Jemne niekoľkokrát zatiahnite za sondu a uistite sa, že sa nepovyťahuje z miesta vpichu a doštička dosadá na kožu. (Doštička by nemala na kožu príliš tlačiť, ale nemala by byť ani voľná.)
10. Miesto vpichu môžete prekryť priedušným obvazom a volný koniec sondy zafixovať náplastou ku koži. Raz za niekoľko dní je tiež vhodné posunúť polohu svorky, aby nedošlo k poškodeniu katétra.



! KONTROLU FIXÁCIE DOŠTIČKY NA BRUŠNEJ STENE ROBTE PRIEBEŽNE POČAS DŇA. NAFÚKNUTÍM ALEBO SPLASNUTÍM BRUCHA SA MÔŽE SPONA UVOĽNIŤ ALEBO ZAČAŤ NA KOŽU PRÍLIŠ TLAČIŤ. !

POZOR! Na dezinfekciu nesmú byť použité prípravky na báze JÓDOVANÉHO POVIDÓNU (PVP-I, napr. Betadine, Braunol, Jodisol, Braunovidon) a oktenidíniom dichloridu a fenoxyetanolu (napr. Octenisept). Tieto typy dezinfekcií môžu negatívne ovplyvňovať fyzikálno-mechanické vlastnosti sondy!

Vo všeobecnosti sú vhodnými prípravkami na dezinfekciu napr. Septoderm, Skinsept, Prontosan alebo Dodesept

PODÁVANIE VÝŽIVY

Aká je vhodná výživa?

Bežnou praxou pri podávaní výživy do PEG je podávanie klinickej enterálnej výživy, ktorá je v tekutej forme balená vo fľašiach či vakoch. Táto výživa poväčšine obsahuje kompletne, vyvážené množstvo všetkých potrebných živín a energie, aby dokázala nahradiť plnohodnotnú stravu. Výber vhodnej enterálnej výživy na základe individuálnych potrieb pacienta robí vždy lekár alebo nutričný terapeut.

! DO PEG NIE JE VHODNÉ PODÁVAŤ BEŽNÚ STRAVU ANI NAPR. V MIXOVANEJ PODOBE, MINERÁLNE VODY, OVOCNÉ ŠŤAVY, LIMONÁDY ALEBO ALKOHOL. !



Bežná strava v mixovanej podobe sa musí riediť, vďaka čomu nie je možné presne určiť kalorickú hodnotu podaného množstva. Nemusí tak zaručiť plnohodnotnú náhradu všetkých živín, ktoré sú pre pacienta potrebné. Ďalším rizikom podávania mixovanej stravy je kontaminácia vonkajším prostredím. Jej príprava si vyžaduje veľmi vysoké nároky na hygienu. Neposlednou komplikáciou môže byť aj zrazenie stravy či upchatie a poškodenie sondy.

Klinická enterálna výživa je určená priamo na účely ako podávanie do PEG, preto je na také podávanie bezpečná a vhodnejšia ako bežná strava.



Zaujímavosť

Na obrázku môžete vidieť bežný obed vo forme mixovanej stravy (valec vľavo), ktorý pokrýva rovnaký kalorický príjem ako enterálna výživa v pravom valci. Ako je z obrázku zrejme, pre rovnaký kalorický príjem je potrebné mnohonásobne väčšie množstvo mixovanej stravy než enterálnej výživy.



Čiastočná vs úplná enterálna výživa

Enterálna výživa môže byť podávaná ako doplnok na naplnenie potrebných nutričných cieľov pacienta v prípade nemožnosti naplnenia týchto cieľov výlučne perorálnym príjmom, v takom prípade hovoríme o tzv. čiastočnej enterálnej výžive. Ak ide o pacienta, ktorý nie je schopný prijímať potrebné množstvo výživy perorálne (ústami), je možné užitie úplnej enterálnej výživy, ktorá pokryje 100 % denných nutričných nárokov.

Spôsoby podávania výživy

Spôsob podávania a dávkovania výživy určuje vždy lekár na základe vašich individuálnych potrieb a zdravotného stavu.

Kontinuálne/nepretržité podávanie

Na kontinuálne podávanie sa najčastejšie používa výživová pumpa, ktorá umožňuje nastavenie objemu podanej výživy a predovšetkým času podávania v priebehu dňa alebo noci. Druhým spôsobom, ako docieľiť kontinuálne podávanie, je použitie tzv. gravitačnej súpravy, ktorá je podstate systém, cez ktorý výživa prekvapkáva samospádom.



Bolusové dávkovanie/po jednotlivých dávkach

Tento spôsob podávania predstavuje podanie výživy v niekoľkých dávkach v priebehu dňa. Najčastejšie v dvoj- až trojhodinových intervaloch pomocou väčšej 60 ml striekačky. Tento spôsob nie je vhodný na podávanie výživy do PEJ, pre tenké črevo je prirodzený konštantný prísun výživy.

! POSTUP PODÁVANIA VÝŽIVY (KONTINUÁLNE/BOLUSOVO) SAMI OD SEBA NEMEŇTE, VŽDY TENTO POSTUP KONZULTUJTE SO SVOJÍM LEKÁROM. !

Dodržiavanie pitného režimu pri podávaní výživy

Klinická enterálna výživa zvyčajne obsahuje v svojom zložení aj voľnú vodu. Tento obsah vody však nemusí zabezpečiť dostatočný potrebný prísun tekutín. Do PEG či PEJ je pre taký prípad dobré podávať ďalšie tekutiny. Obsah týchto dodatočných tekutín by vám mal povedať váš lekár. Do PEG sa kvôli tvrdosti odporúča podávať prevarenú vodu a do PEJ zas sterilnú vodu.

Návod na podávanie výživy

Príprava

1. Dôkladne si umyte a osušte ruky.
2. Očistite, prípadne vydezinfikujte plochu, na ktorú si rozložíte všetko potrebné na podanie.
3. Pripravte si všetky pomôcky na podanie výživy. Vždy ich ukladajte na suché a čisté miesto.
4. Pripravte si enterálnu výživu na podanie, mala by mať izbovú teplotu. Výživu uchovávajte vždy podľa pokynov uvedených na obale.

Bolusové podanie

1. Zaujmite správnu polohu na podanie výživy.

Pri podávaní výživy zaujmite polohu v polosedě/v sede. V tejto polohe je potrebné zotrvať pri podávaní a aspoň 30 minút po ňom. V tomto časovom rozmedzí si neľahajte. Zabezpečíte tak lepší prechod výživy žalúdkom. Zároveň sa tým znižuje riziko, že by sa výživa dostala do horných dýchacích ciest.

2. Kontrola žalúdočného obsahu.

V prvých dňoch alebo pri problémoch s trávením je potrebné sa pred podaním výživy uistiť, že podstatná časť predtým podanej dávky už opustila žalúdok. Pred každou novou dávkou teda pomocou striekačky odsajte žalúdočný obsah. Ak je v odsatom obsahu prítomná predošlá dávka, odložte podanie dávky (prípadne podajte dávku zníženú o odsatý objem).

3. Prepláchnutie PEG.

Po podaní každej dávky výživy prepláchnite sondu pomocou striekačky 20 – 40 ml vody (lepšia je prevarená voda kvôli tvrdosti a stráviteľnosti).

4. Uzavretie PEG

Po podaní výživy PEG uzavrite, aby sa obsah žalúdka nedostal von.

Ak Vás trápi niektorá z komplikácií nižšie, kontaktujte svojho lekára:

- Opakované odsávanie predchádzajúcej dávky zo žalúdka
- Pocit plného žalúdka či nafúknutého nadbruška
- Zo súpravy po otvorení vyteká žalúdočný obsah



Kontinuálne podávanie výživy

Na kontinuálne podávanie sa najčastejšie používa výživová pumpa.

1. S pumpou vždy zaobchádzajte presne podľa návodu na zaobchádzanie s pumpou.
2. Fľašu či vak napojte na súpravu na podávanie.
3. Súpravu uzavrite do pumpy a naplňte ju podľa návodu na pumpe.
4. Zvoľte rýchlosť podávania, ktorú Vám určil lekár. Nesprávne zvolené dávkovanie môže spôsobiť horšiu toleranciu výživy a viesť napr. k nevoľnosti, vracaniu či hnačkám.

Podávanie liekov

Podávanie akýchkoľvek liekov vždy konzultujte so svojím lekárom.

Pri podávaní liekov do PEG sa pokúste uprednostniť lieky vo forme kvapiek či sirupov, prípadne rozpustné formy. Ak je liek, ktorý potrebujete podať, vo forme tabliet, je potrebné ich dôkladne rozdrviť na prášok, aby sa eliminovalo riziko upchatia sondy. Najlepšie je použiť mažiar (treciu misku s tyčinkou). Rozdrvenie lyžicou alebo napr. čepeľou noža je nedostatočné. Tableta musí byť rozdrvená na prášok úplne a bez väčších viditeľných kúskov. (Rozdrvenie alebo rozpustenie tabliet môže mať vplyv na ich účinnosť, preto tento postup konzultujte so svojím lekárom).

Tabletu rozdrvenú na prášok alebo prášok vysypaný z kapsuly rozpustíte v malom množstve prevarenej vody. Túto zmes nasajte do striekačky a podajte do sondy. Po podaní liekov sondu prepláchnite prevarenou vodou. Lieky by sa nemali dostať do kontaktu s výživou, inými liekmi či inými látkami, aby nedošlo k zrazeniu či zmene vlastností liekov.

Do PEJ sa lieky podávajú len výnimočne pri zachovaní maximálnych sterilných podmienok a podľa pokynov lekára.



NAJČASTEJŠIE OTÁZKY

1. Môžem sa so sondou sprchovať alebo kúpať?

Počas prvých 10 – 14 dní, kedy sa vstup hojí, sa odporúča len sprcha. Ak je vstup a jeho okolie zahojené, bez známkov začervenania či zápalu, môžete sa aj kúpať, prípadne ísť do bazénu. Vždy sa uistite, že súprava je uzavretá. Po kúpaní povrch sondy, kožu a okolie vstupu dôkladne osušte.

2. Mám si čistiť zuby, keď neprijímam potravu ústami?

Čistenie zubov je z hygienických dôvodov veľmi dôležité aj v prípade, že neprijímate potravu ústami. Dôležité je starať sa o čistotu celej ústnej dutiny vrátane ďasien.

3. Môžem si výživu podávanú do sondy ohrievať?

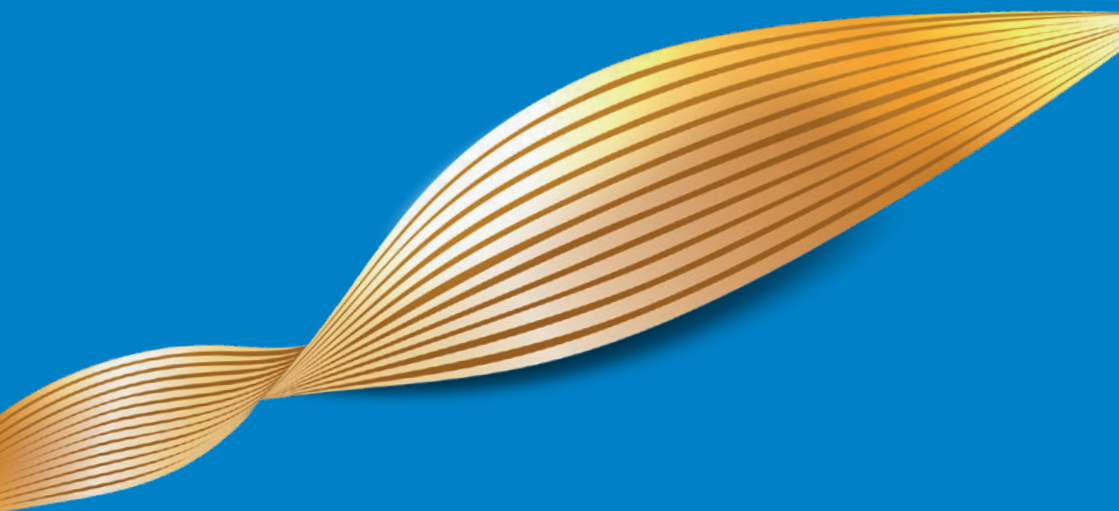
Výživa by mala mať pri podávaní izbovú teplotu. Ak by ste výživu ohrievali na vyššiu teplotu, môžete zmeniť jej vlastnosti. Pri podávaní príliš teplej alebo naopak studenej výživy môže dôjsť ku komplikáciám pri trávení.

4. Môžem so sondou cestovať?

Cestovanie so sondou môže byť pre niekoho náročnejšie, ale možné je. V prvom kroku je nutné poradiť sa s lekárom a spýtať sa ho, či to Váš zdravotný stav umožňuje. Ak áno, lekár by Vám mal vystaviť stručnú lekársku správu (ideálne v angličtine, pre prípad komunikácie v zahraničí). Tú budete potrebovať aj na letisku pri bezpečnostnej kontrole. Informujte sa u svojho lekára, lekárnika či výrobcu výživy, ktorú užívate, či je táto výživa dostupná v lokalite, kam cestujete. V neposlednom rade sa uistite, že máte na cestu dostatočnú zásobu výživy a pomôcok na ošetrovanie PEG.

VŽDY SA PORAĎTE SO SVOJIMI LEKÁRMÍ O MOŽNOM POSTUPE A O TOM, ČO JE PRE VÁS VHODNÉ. PRED OPUSTENÍM NEMOCNICE SA NAUČTE, AKO SO SONDOU PEG ZAOBCHÁDZAŤ, AKO SA O ňU STARAŤ A AKO PODÁVAŤ VÝŽIVU. NEBOJTE SA SVOJHO LEKÁRA ALEBO SESTRY SPÝTAŤ AKÉKOLVEK DOPLŇUJÚCE OTÁZKY. V PRÍPADE AKÝCHKOLVEK KOMPLIKÁCIÍ ČI NEJASNOSTÍ SA VŽDY OBRÁŤTE NA SVOJHO LEKÁRA!

Ensure[®]
PLUS
ADVANCE
RTH



Ensure[®] Plus Advance RTH je potravina na osobitné lekárske účely.

Dôležité upozornenie: Tento produkt je vhodný ako jediný alebo doplnkový zdroj výživy. Je určený na použitie pod lekárske dohľadom. Používajte na základe odporúčania lekára alebo osoby kvalifikovanej v oblasti ľudskej výživy, farmácie alebo odborníka na starostlivosť o matku a dieťa. Nie je určený pre deti, ak použitie neodporučil lekár alebo iný kvalifikovaný zdravotnícky pracovník. Nepoužívať pri galaktosémii. Nie je určený na parenterálne použitie. Bez lepku.

Materiál je určený pre laickú verejnosť.

Dátum prípravy materiálu: jún 2021

sk.info@abbott.com

Abbott Laboratories Slovakia s.r.o.,

Abbott nutrition, Karadžičova 8,

Bratislava – mestská časť Ružinov 821 08

SK-ENSPAR-2100002

 **Abbott**
life. to the fullest.[®]