



Ravitsemusavanteen (PEG) hoito-ohjeita potilaalle

Sisällysluettelo

Ravitsemusavanteen (PEG) hoito-ohjeita potilaalle	1
Sisällysluettelo	2
PEG-syöttöletku	3
PEG-letkun laitto	3
Kivun hoito	3
Ravitseminen	4
Puhtaus	5
Lääkkeet	6
Ihon hoito	6
Kiinnityslevy	7
Suun hoito	8
Ongelmatilanteet	9
Syöttöletkun tukkeutuminen	9
Syöttöletkun irtoaminen	9
Mahansisältöä vuotaa letkun juuresta	9
Pahoinvointi, oksentelu ja ripulointi, vatsakipu	10
Ummetus	10
Ravitsemusavanteen tarkkailu	10
Korvattavuus	11
PEG-letkun vaihto	11
Yhteystietoja	12
Annosteluohje: malli	14
Painon seuranta: malli	14

PEG-syöttöletku

PEG on perkutaaninen endoskooppinen gastrostooma eli maha-laukkuun vatsanpeitteiden läpi viety syöttöletku. Sitä tarvitaan ravinnon saannin turvaamiseksi silloin, kun ruokailu normaalia reittiä ei onnistu riittävästi.

PEG-letkun laitto

- Ennen ja jälkeen toimenpiteen on oltava syömättä kuusi tuntia ja juomatta neljä tuntia.
- Ennen toimenpidettä saat suonensisäisen antibiootin.
- Ennen toimenpidettä voit halutessasi saada esilääkitystä, mikä tekee toimenpiteestä miellyttävämmän.
- PEG-letku asetetaan kirurgian poliklinikalla.
- PEG-letku viedään paikallispuudutuksessa mahalaukun tähystyksen yhteydessä vatsanpeitteiden läpi mahalaukkuun.
- Toimenpide kestää noin 30 minuuttia.
- Toimenpiteen jälkeen tarkkailu hoidetaan vuodeosastolla.

Kivun hoito

PEG-letkun laitton jälkeiseen haavakipuun auttaa yleensä peruskivunlääke. Jos kipua ei helpota, ota yhteyttä hoitavaan yksikköön.

Ravitsemus

Voit aloittaa ruokailun 4–6 tunnin kuluttua toimenpiteestä, mikäli se on onnistunut ennen PEG:n laittamista, eikä suun kautta ruokailua ole erityisesti kielletty.

Vaikka varsinainen ravitsemus toteutuisi pääasiallisesti PEG-letkun kautta, kannattaa silloinkin syödä pieniä määriä suun kautta, mikäli sille ei ole muuta estettä. Tällöin ruuan merkitys on lähinnä mielihyvää tuottava ja lisää suun limakalvoja hoitavaa syljen eritystä. Suun kautta ruokailu on hoidettava aina ennen PEG:n kautta tapahtuvaa ruokailua.

PEG-ravitsemuksessa käytetään apteekista saatavia kliinisiä ravintovalmisteita ja vettä. Letkuun voi annostella pieniä määriä huoneenlämpöisiä juomia kuten kahvia, teetä, tai mehua. Ravitsemusterapeutti suunnittelee sinulle sopivan letkuravitsemuksen määrän ja ravintovalmisteen.

Yleisempien letkuravitsemukseen liitettyjen ongelmien (mm. ripuli, pahoinvointi) ehkäisemiseksi huomioi seuraavat asiat:

- Ruokailtaessa ja puolen tunnin ajan sen jälkeen on oltava istuvassa tai puoli-istuvassa asennossa, voit myös seistä.
- PEG:iin laitettavan nesteen ja letkuravintovalmisteen tulee olla huoneenlämpöistä.
- Annostele valmiste rauhallisesti, esim. 300 ml on hyvä käyttää aikaa 30 min, 200ml 20 min, 50ml 5 min.
- Huolehdi hyvästä käsihygieniasta.

Seuraa painoasi!

- Paino kertoo ravitsemustilastasi, minkä vuoksi sen seuraaminen on erittäin tärkeää.
- Painon lasku voi olla merkki vajaaravitsemuksesta, joka heikentää sairauksista toipumista ja toimintakykyä.
- Seuraa painoasi 2–3 kertaa viikossa.
- Merkitse paino muistiin ohjeen lopussa olevaan painonseurantataulukkoon.

Jos paino laskee (tai nousee merkittävästi), ota yhteyttä ravitsemusterapeuttiin.

Letkun huuhtelu

Huuhtele letku aina ennen ja jälkeen ravinnon, juoman tai lääkkeen ottamisen n. 50 ml:lla vettä.

Tarvitset vettä paitsi riittävän nesteen saannin vuoksi, myös letkun puhdistamiseksi.

Huuhtele letku päivittäin, jos et käytä letkua.

Puhtaus

- Pese kädet ennen ruokailun aloittamista.
- Annosteluun käytettäviä välineitä (ruiskuja ja liittimiä) käsitellään kuten ruoka-astioita, pese ne aina käytön jälkeen.
- Ravitsemuspumppua käytettäessä letkustot on vaihdettava kerran vuorokaudessa.

- Avaamattomat ravintovalmistepakkaukset on säilytettävä auringolta suojattuna huoneenlämmössä.
- Avatut pakkaukset säilyvät jääkaapissa vuorokauden.

Lääkkeet

- Jos käytössä olevia lääkkeitä ei voi ottaa suun kautta, neuvottele hoitavan lääkärin kanssa, voidaanko ne jauhaa tai korvata nestemäisillä valmistella. Läkkeitä ei saa sekoittaa annettavaan ravintoliuokseen.
- LÄÄKKEITÄ EI KOSKAAN SAA LAITTA A PALLONGILLISESSA LETKUSSA TAI NAPISSA OLEVAAN VESIPALLONGIN PORTTIIN, jossa merkintä BAL.
- Lääkkeet liuotetaan 10–20 ml:aan vettä ja annostellaan ruiskulla letkun kautta yksi lääke kerrallaan.
- LÄÄKKEITÄ EI KOSKAAN SAA LAITTA A PALLOLLISESSA LETKUSSA TAI NAPISSA OLEVAAN VESIPALLON PORTTIIN, jossa merkintä BAL.
- Letku huuhdellaan aina erikseen jokaisen lääkkeenannon jälkeen 50 ml:lla vettä, jotta lääkkeet menevät mahalaukkuun ja letkuun ei jää lääkejäämiä tukkimaan letkua.

Ihon hoito

- PEG-letkun juureen laitetaan harsotaitos, mikäli letkun juuri erittää.

- PEG-letkun ympärillä ja kiinnityslevyn alla oleva ihoalue pestään ja kuivataan huolellisesti päivittäin.
- Suihkuun voit mennä vuorokauden kuluttua toimenpiteestä.
- Saunassa ja uimassa voit käydä viikon kuluttua toimenpiteestä, mikäli letkun juuri ei enää eritä (korkin tulee olla kiinni). Uimahallissa käydessä voit käyttää esim. pientä avannepussia suojana.
- Saunassa letku tulee suojata esim. pyyheliinalla, koska kuuma ilma voi haurastuttaa letkua.
- Tarkista ihon kunto päivittäin.
- Letkua tulee pyörittää päivittäin. Pyörittäminen estää kiinnikkeiden muodostusta sekä edistää kanavan muodostusta.

Kiinnityslevy

- Vatsanpeitteiden päällä oleva kiinnityslevy pidetään napakkana ihoa vasten kahden viikon ajan, jolloin kanava vatsanpeitteistä mahalaukkuun muodostuu.
- Tiivistys estää mahalaukun sisältöä pääsemästä vapaaseen vatsaonteloon.
- Kiristyksestä aiheutuvaan kipuun voit ottaa tarvittaessa kipulääkettä.
- Mikäli kipu on kovaa, ota yhteyttä päivystykseen.
- Kiinnityslevyä löysennetään 0,5 cm 2–5 vuorokauden kuluttua toimenpiteestä. Toisena päivänä letkun laitosta

aloitetaan letkun pyörittely, jottei letku kiinnity avanteen seinämään.

- Toinen kiinnityslevyn löysennys tehdään kahden viikon kuluttua ravintoletkun asentamisesta niin, että ravintoletku liikkuu vapaasti 0,5 cm ylös-alas-suunnassa.
- Myöhemmin kiinnityslevyn kireyttä säädellään sen löystymisen tai painosi muutosten mukaan.
- Nestemäärä tarkistetaan pallongillisessa letkussa kerran viikossa.

Suun hoito

Suun kuntoa on hyvä tarkkailla päivittäin. Niukka syöminen suun kautta vähentää syljen eritystä. Hampaiden reikiintymisriski lisääntyy, limakalvojen kunto huonontuu, ja suu altistuu infektioille.

Pehmeä hammasharja ja apteekista saatavat matalavaahtoiset hammastahnat ovat hyviä apuvälineitä suun hoidossa. Suun riittävä kostuttaminen vedellä, jääpalojen imeskeleminen sekä ksylitolipastillit ja -purukumi auttavat stimuloimaan syljeneritystä.

Apteekista on myös saatavana geelejä ja liuoksia suun kostutukseen. Myös huulten rasvaus kuuluu päivittäiseen suun hoitoon. Happamat ja makeat mehut saattavat aiheuttaa hampaiden reikiintymistä.

Ongelmatilanteet

Syöttöletkun tukkeutuminen

- Letkuun jäänyt ravinto ja lääkkeiden karstoittuminen saattavat aiheuttaa letkun tukkeutumisen.
- Puristele letkua sormin tukkeuman irrottamiseksi.
- Ruiskuta letkuun 10–20 ml lämmintä vettä, teetä tai hiilihapollista virvoitusjuomaa, odota 10–20 min.
- Huuhteletku vedellä välttämättä kovaa painetta.

Syöttöletkun irtoaminen

- Kanava umpeutuu muutamassa tunnissa, joten siihen on välittömästi laitettava korvaava letku.
- Jos kotona ei ole varaletkua, työnnä vanha letku takaisin kanavaan.
- Letkun irrottua ota heti yhteyttä hyvinvointi- tai terveysasemalle tai keskussairaalan päivystyspoliklinikalle.

Mahansisältöä vuotaa letkun juuresta

- Vuoto voi johtua letkun väljyydestä.
- Tarkasta kiinnitysrenkaan kireys.
- Letkuravintoannoksen pienentäminen, tiputusnopeuden hidastaminen ja ruokailu kohoasennossa voivat auttaa asiassa.

Pahoinvointi, oksentelu ja ripulointi, vatsakipu

- Annostele ravintoliuos hitaammin.
- Tarvittaessa ota käyttöön yksi annostelukerta lisää, jolloin annoskoko pienenee. Annosyötössä valmisteen määrä on hyvä jakaa 4–6 ateriakerralle.
- Tarkista, että annosteltava ravintoliuos on huoneenlämpöinen.

Jos edellä mainitut kohdat on kokeiltu, voi valmiste olla sinulle epäsopiva. Ota yhteyttä ravitsemusterapeuttiin.

Maitohappobakteerivalmisteita voit kokeilla, esim. kuiduton Gefilus-juoma.

Ummetus

- Ummetus voi johtua liian vähäisestä nestemäärästä. Lisää nesteen määrää.
- Tarvittaessa kuitupitoinen letkuravintovalmiste ja/tai ulostuslääke, esim. Laxoberon® tai Movicol®.

Ravitsemusavanteen tarkkailu

Punoitus, aristus, turvotus, kipu, märkäinen erityis tai verinen mahansisältö ovat merkkejä tulehduksesta.

Ota yhteyttä hoitavaan lääkäriin tai yhteyshoitajaan.

Korvattavuus

Letkuravintovalmisteet ostetaan apteekista reseptillä. Ne kuuluvat Kela-korvauksen (65 %) piiriin heille, jotka tarvitsevat jatkuvaa päivittäistä letkuruokintaa. Korvauksen saamiseen tarvitset lääkärin B-todistuksen, joka on toimitettava Kelan paikallistoimistoon. Saat B-lausunnon perusteella uuden Kela-kortin, jossa on merkintä erityiskorvattavuudesta (504).

Letkuruokintaan tarvittavat välineet saat sairaalan tai hyvinvointi- tai terveysaseman hoitotarvikejakelun kautta.

PEG-letkun vaihto

Ensiletkun minimivaihtoväli on 4–6 viikkoa, maksimi yksi vuosi.

Toisen vaiheen letku (nesteellä täytetty pallongillinen letku) vaihdetaan kolmen kuukauden välein tai tarvittaessa.

Letkun vaihto hoidetaan lähimmällä hyvinvointi- tai terveysasemalla.

Teille on asennettu _____ ravintoportti.

Sen paksuus on _____ Fr.

Se on _____ cm pitkä.

Ravintoportti on asennettu (pvm) _____.

Yhteystietoja

Etelä-Karjalan keskussairaala:

Päivystyspoliklinikka 05 352 5743 tai 05 352 5744

Avannehoitaja 05 352 6000

Syöpäsairaanhoidtaja 044 791 5353

Ravitsemusterapeutti 040 651 3752

Annosteluohje: malli

Ravintovalmiste: _____

Pvm	Vesi ml	Ravintovalmiste ml	Vesi ml
Klo			
Klo			
Klo			
Klo			
Klo			
Klo			
Yhteensä/ml			

Yhteensä vuorokaudessa lisäneste vettä _____ ml

Yhteensä vuorokaudessa ravintovalmistetta _____ ml

Nesteen kokonaismäärä vuorokaudessa yhteensä _____ ml

Painon seuranta: malli

Pituus _____ cm, paino yleensä ollut _____ kg.

Paino letkun laittopäivänä ____ / ____ 20 ____ oli _____ kg.

Pvm	Paino kg	Pvm	Paino kg	Pvm	Paino kg