



Information till dig som får sondnäring genom en nasogastrisk sond

Inledning

Vid olika typer av sjukdomar, där man har svårt att svälja vanlig mat, kan det bli aktuellt att anlägga en nasogastrisk sond (NGS). Denna typ av sond är utmärkt att använda vid näringstillförsel under kortare tid - 2-4 veckor. Du kan leva precis som vanligt när du har sond. Om behov av näringstillförsel krävs under längre perioder är en PEG att föredra. PEG är en lite grövre slang som man lägger in genom bukväggen, direkt in i magsäcken. Inläggning av PEG sker med hjälp av gastroskopi i lokalbedövning. Genom den nasogastriska sonden kan man ge sondnäring och medicin. Sondnäringen tillför den näring och energi din kropp behöver. Dietisten hjälper dig att beräkna rätt mängd som motsvarar ditt behov.

Här följer svar på frågor som många patienter som skall få en nasogastrisk ställer sig. Målet är att du och dina anhöriga skall vara väl informerade och veta vart ni ska vända er om problem uppstår.

Datum då NGS sätts: _____

Utfördes av dr: _____

Vad är en nasogastrisk sond?

Det är en mjuk, tunn sond som förs ned genom ena näsborren till magsäcken.



En nasogastrisk sond

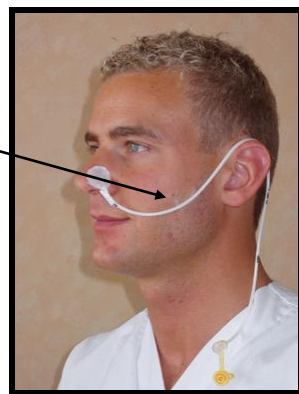
Hur går det till att lägga ned sonden?

Sonden får du genom att en läkare eller sjuksköterska för ner sonden genom din ena näsborre via halsen och matstrupen tills den kommer ned i magsäcken. Du får lokalbedövning i form av bedövningsgel i ena näsborren, så att sonden smidigt skall glida ned förbi svalget. Obehag i form av kräkreflexer utlöses ofta då sonden sätts men när den väl är på plats släpper detta obehag.

Hur fixeras sonden?

Sonden tejpas fast mot kinden. Den dras i en båge ovanför och bakom örat och fixeras med tejp även här. Det finns många olika möjligheter att fixera sonden och här får du prova dig fram till det sätt som passar dig bäst. Sonden får inte skymma ditt synfält.

En variant att fixera sonden på är med tejp Fixomull. Man klipper en remsa 1 x 4 cm och klistrar fast mot kinden. Ovanpå denna tejp läggs sonden och en likadan remsa klistras ovanpå sonden mot den först satta tejp. Sonden dras i en mjuk båge bakom ena örat och tejpas fast nedom och bakom örat med Fixomull. Genomskinlig Opsite kan också användas och ger bättre kosmetik.



Hur ofta behöver min sond bytas?

Man behöver inte byta sonden om den fungerar väl. Vanligaste orsaken till att man kan behöva byta den är att det blir stopp i den.

Hur vet jag att sonden ligger där den ska?

Kontrollera regelbundet att sonden är fixerad ordentligt med tejp. Tejpen kan behöva bytas ut då och då. Du kan byta tejp själv men du kan också få hjälp av en distriktssköterska.

Innan varje måltid bör du kontrollera att sonden ligger rätt genom att med sondsprutan spruta ned lite luft i magsäcken. Lyssna på magen med hjälp av det stetoskop som du fått låna. Lägg stetoskop-plattan mot bukväggen mellan revbensbågarna. När man sprutar in luft hörs ett tydligt "bubbelljud". Hörs inte detta ljud får man inte ge sondnäring. I tveksamma fall, där man är osäker på var sonden ligger, kan man behöva röntgenkontrollera läget. Om du plötsligt börjar hosta när du ger dig sondnäring, avbryt genast tillförseln av sondnäringen och tag kontakt med sondsköterskan eller distriktssköterskan.

Kan jag ge medicin via sonden?

Du kan ge dig medicin genom sonden, men innan du gör det bör du tala med din läkare eller distriktssköterska. Många mediciner finns även i flytande form, vilket är att föredra om man skall ge medicinen via sonden. Tabletter krossas noga med hjälp av mortel. Späd med vatten och spruta in lösningen med hjälp av en sondspruta. Om man är osäker på om den upplösta medicinen passerar sonden, kan man be sköterskan undersöka detta genom att spruta genom en testsond. Avsluta genom att spola genom slangen med 50 ml vatten.

Kan jag bada och duscha när jag har nasogastrisk sond?

Du kan duscha och bada precis som vanligt.

När kan man börja ge sondnäring?

Man kan oftast börja tillförsel av sondnäring direkt när sonden har satts.

Vilken temperatur skall sondnärigen ha?

Du bestämmer själv vilken temperatur du tycker är mest behaglig. De flesta föredrar rumstempererad sondnäring. Du kan även ta den kallare eller ljumma den försiktigt i vattenbad. Iskall eller för varm sondnäring kan ge obehag.

Hur snabbt ska sondnärigen droppa in?

Hur snabbt sondnärigen kommer droppa in från början samt hur snabbt man kommer trappa upp matningshastigheten beror på hur du har ätit fram tills du fick sonden. Om du under flera dagar eller veckor fått näring via dropp eller ätit mycket dåligt under en tid så tar det längre tid för tarmen att vänja sig vid sondnärigen. Man tillför då sondnärigen enligt ett upptrappningsschema. Allt eftersom din mage vänjer sig kan man öka dropptakten och det kan ta alltifrån några dagar till flera veckor tills man kommer upp i en matningshastighet på 250 ml/h. En del kommer aldrig upp i den hastigheten och en del tolererar snabbare. Så länge du inte upplever några besvär kan du fortsätta att öka matningshastigheten efter eget önskemål.

Om man börjar på en dropphastighet under 100 ml/h tillförs sondnärigen med hjälp av en pump som kontrollerar hastigheten. Slangen som kopplas mellan sondnärigen och sonden kallas för aggregat. När man kommer upp i högre hastigheter kan man få övergå till matning med gravitationsaggregat eller/och sondspruta.

Hur mycket vätska behöver jag per dag?

Man brukar rekommendera 30-35 ml vätska per kg kroppsvikt och dag, vilket oftast innebär cirka 1,5-2 liter vätska per dag. Om du inte får i dig tillräcklig mängd genom sondnärigen och det vatten du sprutar in efter varje matning eller genom att dricka extra, bör du tillföra extra vätska genom sonden.

Gravitationsaggregat	Sondmatning med sondspruta
	
<p>Gravitationsaggregaten har en droppkammare. På så sätt kan man genom en formel beräkna matningshastigheten istället för att använda en pump. Se lathund för droppräkning nedan.</p>	<p>Det går bra att kombinera sondmatning med sondspruta ihop med att man får det genom ett aggregat. Man kan även välja att enbart sondmata med sondspruta. Det går bra att spruta in sondnäring, kosttillsägg eller annan dryck utan bitar.</p> <p>Måltiden skall alltid ta 20-30 minuter. Det är lagom att spruta in ca 100 ml/10 minuter. Maxmängden är ofta 300 ml/20-30 minuter</p>

Lathund för droppräkning vid sondmatning med gravitationsaggregat

Hastighet i ml/timme	Antal droppar per minut (ca)
100 ml/timme	35
150 ml/timme	50
200 ml/timme	70
250 ml/timme	85

Formel för att räkna ut dropptakten:

$$\frac{\text{Antal ml per timme}}{3} = \text{antal droppar per minut}$$

Hur mycket sondnäring och vilket/vilka preparat behöver jag?

Du kommer att få information om hur många sondnäringspåsar du behöver per dag samt vilken/vilka sorter. Varje påse innehåller 500 eller 1000 ml sondnäring. Precis som för vanlig mat så beror den mängd och sort du behöver på din vikt, längd och hur fysiskt aktiv du är. Om du behöver öka/minska i vikt får man ibland efter hand ändra på ordinerad mängd sondnäring, alternativt byta preparat. Har du mycket besvär såsom t.ex. diarré kan du även behöva byta sort. Om du av någon anledning behöver göra någon ändring av sort och antal så görs det i samråd med dietist.

Ordination

Datum: _____

Namn: _____ Personnr: _____

Vikt: _____ Längd: _____ BMI: _____

Beräknat energibehov: _____

Beräknat vätskebehov: _____

Mängd och typ av sondnäring per dygn: _____

Mängd vätska utöver sondnäring per dygn: _____

Dietist: _____

Rutiner kring matningstillfällena

När du kommer upp i en snabbare matningshastighet kan du fördela matningstillfällena så likt en vanlig matdag som möjligt; som frukost, lunch, middag och eventuellt 1-2 mellanmål.

Om du ligger ner när du ger dig sondnäringen, lägg gärna en rejäl kudde under huvudet. På detta sätt minskar du risken för uppstötningar. Tänk även på att du skall spola sonden med 50 ml vatten före och efter varje måltid. Personal på avdelningen visar hur du och/eller dina anhöriga sköter sondmatningen i praktiken.

Varifrån får jag aggregat, sondsprutor, sondnäring och matningsslangar.

Matningsslangar får du från kirurgmottagningen, övre gastrosektionen. Sondnäring och tillbehör som sprutor och aggregat förskrivs av dietist och beställs sedan via apotek. Om pump ska användas lånas den ut av landstinget.

Uppföljning sker oftast i samband med förnyandet av förskrivningen. En aktuell vikt ska alltid finnas tillgänglig då man tar kontakt för ny förskrivning.

Vad behöver jag hemma för att kunna ge mig sondnäring i min nasogastriska sond?

- Sondnäring
- Sondsprutor
- Droppställning
- Stetoskop
- Tejp/Fixomull
- Eventuellt aggregat och pump

Vanligaste besvären vid matning med sondnäring

Vid sondmatning kan man få besvär såsom diarré, illamående/kräkning eller ont i magen. Vid matning med sondnäring är det vanligt att avföringen är lite lösare än vanligt. Diarré är det när man har fler än tre lösa avföringar per dygn. Vanligaste orsaken till samtliga av dessa besvär är att sondnäringen går in för snabbt. Försök att minska på matningshastigheten och se om dina besvär förbättras. Om du sprutmatar dig – låt det ta minst 30 minuter och ge inte mer än 300 ml under den tiden. En annan vanlig orsak till dessa besvär är att sondnäringen är för kall/ för varm. Rumsvarm sondnäring tolereras bäst. Har man ont i magen kan det även bero på förstoppning.

Tänk på att du behöver extra vätska om du har diarré. Ibland kan det vara nödvändigt att byta sondpreparat - rådgör då med din dietist. Dietisten hjälper till med förslag och nytt livsmedelsrecept på detta.

Probiotika

Probiotika är en typ av bakterier som normalt finns i tarmen men som även kan tillföras via specialtillverkade livsmedel. Efter en period med diarré kan tarmens bakterieflora vara förändrad och genom att tillföra probiotika hjälper man tarmen att återställa balansen. Probiotika finns även i koncentrerad form som tabletter eller droppar, vilket är att föredra om du fortsatt har problem med diarréer. Fråga på apotek efter ett alternativ som passar dig.

Kan jag äta vanlig mat samtidigt som jag har nasogastrisk sond?

Om du kan äta så går det bra. Om du har svårt för att svälja eller inte kan svälja alls kan det ändå vara viktigt att få känna smak av mat. Man kan då tugga på vanlig mat och sedan spotta ut den.

Kan jag ge vanlig mat genom nasogastrisk sond?

Det är inte lämpligt att ge vanlig mat genom sonden då det lätt kan bli stopp. Genom att använda sondnäring får du i dig den näring du behöver. Som tillägg till sondnäringen kan du, om du vill, ge lite kaffe, te, buljong eller liknande. Dessa drycker ger du dig lämpligen med hjälp av sondspruta. Det är viktigt att se till att drycken inte innehåller klumpar eller bitar som kan fastna.

Om du kommit upp i en matningshastighet på minst 100 ml/h kan man även ersätta en del av vällingen med näringsdrycker istället. Har du några frågor kring detta, rådgör med din dietist.

Hur förvaras sondnäringen?

Öppnade förpackningar förvaras i rumstemperatur. Öppnad förpackning förvaras alltid i kylskåp och kan stå där i 24 timmar om det är en förpackning med återförslutande membran.

Hur länge kan samma sondnäringförpackning hänga uppe?

Fabrikstillverkad sluten förpackning med sondnäring har en hängtid på 24 timmar i rumstemperatur om kopplingen mellan patient och sondnäringspåse ej bryts. Förpackning med återförslutande membran kan förvaras i rumstemperatur i 24 timmar efter öppnandet även om kopplingen mellan patient och sondnäringspåse bryts. Övriga öppnade förpackningar förvaras max 4 timmar i rumstemperatur.

Hur ofta behöver jag byta droppaggregat?

Aggregatet är en engångsartikel. Om du ändå återanvänder det så använd samma aggregat i max ett dygn. Spola igenom aggregatet noggrant med ljummet vatten efter varje matningstillfälle. Förvara aggregatet i plastpåse i kylskåp mellan måltiderna för att undvika bakterieväxt.

Hur sköter jag min munhygien?

När du inte kan äta eller dricka normalt är det extra viktigt med noggrann munhygien. Den normala salivproduktionen blir nedsatt och slemhinnor i mun och svalg kan bli sköra när du inte tuggar maten. Risken för kariesangrepp och svampinfektioner i mun och svalg ökar då. Du kan själv stimulera salivproduktionen genom att använda salivstimulerande preparat. Exempel på några av dessa som finns att köpa receptfritt på apotek är:

- **Fludent** Sockerfri sugtablett innehållande fluor och är därför lämplig om du har egna tänder.
- **Prophyllin** Sockerfri sugtablett.
- **Salivin** Sockerfri sugtablett med fruktsmak.
- **Fluorette** Sockerfritt tuggummi innehållande fluor
- **V6** Sockerfritt tuggummi.
- **Saliva Orthana** Flytande medel som sprayas i munnen.

Att borsta tänder och tunga med mjuk tandborste flera gånger dagligen samt att skölja munnen ofta med vichyvatten är effektiva sätt att förhindra uttorkning och svampangrepp i munhåla och svalg. Har du tandprotes är det viktigt att ta ut proteserna minst två gånger dagligen för rengöring. Undvik om möjligt att ha proteserna nattetid. Var uppmärksam på hur dina slemhinnor ser ut. Blir de röda och irriterade - kontakta ditt sjukhus eller distriktssköterska för råd.

Vart vänder jag mig vid frågor och besvär?

Du är välkommen att höra av dig till sondsköterskan på kirurgmottagningen om du har problem med din sond, svårigheter att spruta sondnäringen genom sonden, stopp i sonden eller om sonden glidit ut. Om du önskar diskutera med din ansvariga läkare förmedlas kontakten via sondsköterskorna.

Sondsköterskorna på kirurgmottagningen, 019-602 45 70
övre gastrosektionen, USÖ: *Telefontid:* måndag,
Ingrid Delis, Kerstin Bonnevier Pettersson onsdag, fredag kl 10-12

Du är välkommen att kontakta dietisten om du har frågor kring mängden sondnäring, tillförselhastighet, aggregat, pumpar etc. Du kan också ta kontakt med dietisten om du upplever besvär såsom illamående, diarré, uppkördhet i samband med sondmatningen. Tänk på att ta kontakt i god tid då du behöver en ny förskrivning. Handläggningstiden kan vara upptill 2 veckor. Har du frågor kring leverans eller beställning ber vid dig kontakta det apotek du valt att använda.

Dietisterna på Medicinska kliniken: 019-602 13 80
Angelica Johansson, Hanna Kask, *Telefontid:*
Ragna Rönning måndag, tisdag, torsdag
kl 10-12

Dietist på Kirurgiska kliniken: 019-602 23 53
Malin Olofsson *Telefontid:*
måndag-onsdag kl 11-12

Detta material är reviderat 2013-05-30 av:

Malin Wickbom
Specialistläkare
Kirurgiska kliniken, USÖ

Dietisterna på Medicinska
och Kirurgiska kliniken, USÖ

*Vi är intresserade av synpunkter på hur denna patientinformation
kan förbättras och förtydligas. Hör gärna av dig!*

E-postadresser: malin.wickbom@orebroll.se
 angelica.johansson2@orebroll.se



Egna anteckningar

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



ÖREBRO LÄNS
LANDSTING

Universitetssjukhuset Örebro

Kirurgiska kliniken

www.orebroll.se/uso

Postadress: Kirurgiska kliniken, Universitetssjukhuset, 701 85 Örebro
Besöksadress: USÖ, B-huset, vån 1, Södra Grev Rosengatan, Örebro
Telefon: 019-602 45 70 **Telefax:** 019-12 54 39