

Gebruik van sondevoeding thuis

Wat is sondevoeding?

Sondevoeding is een vloeibare volwaardige voeding die via een slangetje (sonde) rechtstreeks in de maag of de darmen toegediend kan worden. (Sondevoeding wordt in medische termen enterale voeding genoemd). Enteraal betekent via het maag-darm kanaal.

Sondevoeding bevat alle voedingsstoffen die het lichaam nodig heeft, zoals energie, eiwit, vet en koolhydraten, maar ook vocht, vitamines en mineralen. In sommige soorten sondevoeding zitten ook vezels, extra vetten of extra eiwitten.

Waarom sondevoeding?

U krijgt sondevoeding voorgeschreven als u door ziekte, een behandeling of na een operatie niet voldoende kan of mag eten om te voorkomen dat u gewicht verliest. Als u namelijk teveel gewicht verliest, kunt u ondervoed raken. Sondevoeding kan u helpen op een goed gewicht te blijven. Ook als u ondervoed bent kan sondevoeding uw voedingstoestand weer verbeteren en u op een gezond gewicht brengen. Een goede voedingstoestand is nodig om in goede conditie te blijven en zorgt voor een beter herstel.

De specialist en/of diëtist beoordeelt of sondevoeding nodig is en adviseert daarna de juiste soort en hoeveelheid sondevoeding. De keuze wordt gemaakt op basis van de berekende voedingsbehoefte en medische diagnose.

Eten naast sondevoeding

Bij een sonde via de neus en keel blijft er voldoende ruimte over om daarnaast nog 'gewone' voeding te kunnen slikken als dat medisch gezien toegestaan is. Sondevoeding kan als volledig voeding worden ingezet maar ook als aanvullende voeding worden voorgeschreven. De reden waarom u sondevoeding krijgt, bepaalt hoe lang sondevoeding gebruikt moet worden.

Welke sondes zijn er?

Neusmaagsonde

De neusmaagsonde loopt via uw neus door de slokdarm naar de maag. Een arts of een verpleegkundige brengt de neussonde in. Voor het inbrengen wordt de sonde vochtig en soepel gemaakt met warm water of olie waardoor hij beter glijdt.

Het inbrengen van de neussonde verloopt meestal zonder problemen maar is voor u niet plezierig. Het irriteert de keel waardoor u het benauwd kunt krijgen of het gevoel krijgt te moeten braken. De eerste dagen na het inbrengen kunt u de sonde voelen zitten, vooral het slikken kan een vervelend gevoel geven. Na een paar dagen went u hier meestal aan. Mocht u andere klachten krijgen, overleg dan met de voedingsverpleegkundige wat er aan de hand kan zijn.

Soms knikt een ingebrachte sonde dubbel of ligt deze op de verkeerde plaats. Er wordt altijd gecontroleerd of de sonde in de maag ligt:

- Met een spuit wordt een beetje maagsap opgezogen waarvan de zuurgraad met behulp van een PH-strip wordt bepaald.

- Als het nodig is, wordt een röntgenfoto gemaakt waarop de ligging van de sonde duidelijk te zien is.
Als de sonde goed ligt wordt deze met een pleister aan uw neus en/of wang vastgeplakt om te voorkomen dat hij verschuift. Deze pleister moet u minimaal één keer per drie dagen vervangen.
- Er kan een markering worden aangebracht net onder de neus die aangeeft op welke diepte de sonde is ingebracht of er moet worden doorgegeven/genoteerd hoe diep de sonde is ingebracht.

Neus-jejunumsonde/ triple lumensonde

- Een neus-jejunumsonde is een sonde die via de neus, de slokdarm en de maag in de dunne darm (jejunum) wordt geschoven. Deze sonde wordt gebruikt wanneer het voeden via de maag niet kan en de voeding ook niet in de maag mag teruglopen.
- Een triple-lumensonde is een sonde die via de maag in de twaalfvingerige darm ligt. Deze sonde wordt gebruikt als de maag zich niet goed leegt en als er ondervoeding dreigt. Het deel van de sonde dat in de maag ligt, zorgt ervoor dat de maagsappen worden afgevoerd. De voeding komt rechtstreeks in de twaalfvingerige darm.

Deze sondes worden op de endoscopie-afdeling met behulp van een scoop door de arts ingebracht. Het is mogelijk om voor het plaatsen van de sonde een 'roesje' te krijgen.

PEG sonde

Zie voor uitgebreide informatie hierover onze folder 'PEG sonde'

Hoe wordt sondevoeding toegediend?

Sondevoeding via de neusmaagsonde kan op verschillende manieren worden toegediend, per portie of druppelsgewijs (voor een jejunumsonde geldt dat dit altijd druppelsgewijs moet).

- Per portie houdt in dat u enkele keren per dag een bepaalde hoeveelheid toedient per spuit, bijvoorbeeld zes keer per dag 350 ml.
- Druppelsgewijs betekent dat de voeding druppel voor druppel door de sonde loopt. Dit kan de hele dag zijn of een bepaald gedeelte van de dag of de nacht. De sondevoeding wordt aangesloten op een voedingspomp.

Wanneer u druppelsgewijs sondevoeding krijgt adviseren we om uw hoofdsteun 's nachts wat hoger te plaatsen om terugvloeien van de voeding te voorkomen.

Waar moet u opletten bij het gebruik van sondevoeding?

Hygiëne

Hygiëne en een goede verzorging van de sonde, hulpstukken en de packs sondevoeding zijn belangrijk omdat deze gevoelig zijn voor groei van bacteriën. Teveel bacteriën kunnen misselijkheid en diarree veroorzaken.

- Voordat de sondevoeding wordt toegediend, is het belangrijk eerst de handen goed te wassen. Alle benodigde materialen moeten op een schoon oppervlak worden klaargelegd
- Zwenk en knijp goed in de zak voordat deze aan het toedieningssysteem wordt gekoppeld. Dit voorkomt verstopping door niet goed opgeloste vezelklontjes
- Spoel de sonde vier tot zes keer per dag door met lauwwarm water. Dit kan vóór en na het toedienen van een portie of bij het wisselen van een pack en altijd vóór en na het toedienen van medicijnen. Daarnaast voor het slapen gaan en na het wakker worden. Gebruik hiervoor minimaal 20 ml lauwwarm kraanwater
- De spuit waarmee u de sonde doorspuut moet wekelijks worden vervangen. Spoel de spuit na

elk gebruik om, haal hierbij spuihuls en zuiger uit elkaar en bewaar ze op een schone, droge ondergrond, bewaren mag tot maximaal één week.

- Verwissel het toedieningssysteem elke 24 uur
- De neuspleister minimaal 1 x in de 3 dagen verwisselen

Temperatuur

- Haal de pack enige tijd voor gebruik uit de koelkast omdat het anders te koud is
- De voeding mag niet te koud of te warm zijn. Ongeveer kamertemperatuur
- Geopende packs met restant niet vergeten terug te plaatsen in de koelkast om bacteriegroei te voorkomen
- Een aangebroken pack is maximaal 24 uur houdbaar in de koelkast
- Ongeopende packs zijn buiten de koelkast houdbaar, let op de houdbaarheidsdatum

Mondhygiëne

Wanneer u sondevoeding krijgt en daarnaast weinig of niets zelf eet, worden kauwspieren en speekselklieren minder gebruikt waardoor de kans op ontstekingen in uw mond groot is. Een goede mondverzorging is belangrijk om dit te voorkomen:

- Poets uw tanden en tong 2-3x daags. Doe dit niet direct na de toediening van een portie sondevoeding omdat er een kans is dat u dan moet braken.
- Spoel uw mond met mondwater.
- De speekselafvloed kan worden bevorderd door het gebruik van kauwgom of het opzuigen van een zuurtje.
- Een kapotte mond kan worden gespoeld met chloorhexidinemondspoeling 0,2%, op recept verkrijgbaar bij de apotheek. Chloorhexidine en tandpasta mogen niet tegelijkertijd worden gebruikt.
- Als u last heeft van droge lippen kunt u uw lippen invetten met lippenbalsem.
- Om wat extra speeksel te krijgen kunt u bij keelpijnklachten de keel koelen met een ijsklontje of waterijsje en als het mag op een dropje, zuurtje of pepermuntje zuigen

Sondevoeding en ontlasting

Sondevoeding geeft weinig ontlasting dus u kunt een ander ontlastingspatroon verwachten dan u gewend was.

Voor een goede stoelgang en om verstopping te voorkomen is het belangrijk dat u per dag minimaal twee liter vocht gebruikt. U kunt dit voor uzelf nagaan door de hoeveelheid vocht van één dag bij te houden. Vergeet hierbij de sondevoeding niet (1 liter sondevoeding is 800 ml vocht).

Bij diarree

- Controleer of de voeding te koud is ingelopen
- Controleer of de voeding te snel is ingelopen
- Controleer of de pack niet te lang heeft open gestaan
- Controleer de houdbaarheidsdatum op de pack
- Raadpleeg bij aanhoudende diarree uw arts

Urine

De urine is een goede graadmeter voor de vochtbehoefte. Per dag is een urineproductie van 1 liter of meer normaal. Is de hoeveelheid urine minder of is de urine donker gekleurd, dan is de kans groot dat de hoeveelheid vocht niet voldoende is. Als extra drinken niet mogelijk is, kan extra water door de sonde worden gegeven.

Wat moet u doen als u misselijk bent?

Wanneer u zich misselijk voelt bij (het opbouwen van) de hoeveelheid sondevoeding adviseren we u om dit te melden bij de diëtiste. Zij kan eventueel de hoeveelheid sondevoeding aanpassen.

Sondevoeding en medicijnen

- Wanneer u medicijnen gebruikt en u kunt deze niet goed doorslikken is het mogelijk om deze via de sonde toe te dienen. Hiervoor moet u eerst met uw arts of apotheker overleggen hoe u dit moet doen en wanneer u de medicijnen het beste kunt innemen.
- Vermeng medicijnen nooit met sondevoeding en dien elk geneesmiddel afzonderlijk toe.
- Moet u medicijnen op uw nuchtere maag innemen, dan mag u pas een half uur later sondevoeding toedienen. Bij het gebruik van een voedingspomp zet u de pomp een half uur van tevoren stop en start deze pas een half uur na inname van de medicatie.
- Spoel de sonde voor en na medicijngebruik goed door met 20 cc lauwwarm water om verstopping te voorkomen.

Vervanging van een neusmaagsonde

Een neusmaagsonde moet in principe na 6-8 weken worden vervangen maar in overleg met de behandelend arts zijn er uitzonderingen hierop.

Verstopping van de neussonde

Het komt ook voor dat de sonde verstopt raakt. U kunt dan:

- Lauwwarm water pompend doorspuiten met een minimaal 20cc spuit, 15 minuten in laten trekken en dan met 20cc lucht doorspuiten.
- Als de verstopping in de sonde te zien is probeer dan de sonde ter plekke 'te masseren' zodat de verstopping los komt.

Niet doen

- Gebruik geen voerdraden om de sonde open te krijgen. De voerdraad kan door de wand van de sonde steken en het maag-darmkanaal beschadigen.
- Gebruik geen (koolzuurhoudende) vloeistoffen als cola, fruitsappen etc. Deze laten de eiwitten in de voeding 'uitvlokken', waardoor de verstopping erger kan worden.

Als de verstopping niet opgeheven kan worden, moet er een nieuwe sonde worden ingebracht. Dit moet ook wanneer u de sonde per ongeluk lostrekt of ophoest .

Gewicht

Het is raadzaam om u thuis 1 tot 2 x per week te wegen bij voorkeur op hetzelfde moment van de dag zonder kleding of schoenen. Wanneer het gewicht niet daalt, maar minimaal hetzelfde blijft, is de hoeveelheid voeding en vocht voldoende. Wanneer het gewicht in de loop der tijd ongewild te veel daalt of stijgt, is het belangrijk om contact op te nemen met de diëtist. De sondevoeding zal dan waarschijnlijk aangepast moeten worden.

Heeft u vragen?

- Bij vragen over de (sonde)voeding of bij voedingsproblemen kunt u tijdens kantooruren contact opnemen met afdeling diëtietiek: 0413 - 40 22 50
 - Bij problemen met de voedingssonde of materialen kunt u tijdens kantooruren terecht bij de voedingsverpleegkundige: 0413 - 40 23 30
-

Bovenstaande informatie is geschreven samen met artsen en (gespecialiseerd) verpleegkundigen van de genoemde afdeling(en). De afdeling communicatie & patiëntenvoorlichting verzorgt de eindredactie van deze folder.

Heeft u vragen en/of opmerkingen over deze folder? Belt u dan met de genoemde afdeling(en) of stuur een e-mail naar PatiëntService, psb@bernhoven.nl.

Bernhoven

**Nistelrodeseweg 10
5406 PT UDEN**

**Postbus 707
5400 AS UDEN**

**T: 0413 - 40 40 40
E: communicatie@bernhoven.nl
I: www.bernhoven.nl**



Ga naar

www.zorgkaartnederland.nl

Code: Datum gewijzigd: maandag 20 december 2021