



Sondevoeding

(RTO/AMO/NKO)

informatie voor patiënten

INLEIDING	3
WAT IS SONDEVOEDING?	4
HET BELANG VAN SONDEVOEDING	4
HET TOEDIENEN VAN SONDEVOEDING	5
VERSTOPTE SONDE	10
WANNEER MOET IK MIJN (HUIS)ARTS OF (THUIS)VERPLEEGKUNDIGE RAADPLEGEN?	12
BESPREEK VOLGENDE ITEMS MET UW DIËTIST, ARTS OF VERPLEEGKUNDIGE	12
DE BESTELLING VAN DE MATERIALEN EN DE SONDEVOEDING	13
AFBOUWSCHEMA VAN SONDEVOEDING	13
VOEDINGSSCHEMA	14
WIE CONTACTEREN BIJ PROBLEMEN OF VRAGEN?	15

Met deze brochure willen wij u meer informatie geven over het gebruik van sondevoeding in de thuissituatie.

Uw arts gaat ervan uit dat sondevoeding aangewezen is bij de behandeling die u moet ondergaan. Uiteraard streven wij ernaar u zo lang mogelijk via normale weg te blijven voeden, maar dit zal in de loop van de behandeling onvoldoende of niet meer mogelijk worden.

Uw verpleegkundige, de diëtiste en de dienst voor voedings- thuiszorg ondersteunen u, bieden hulp en geven instructies. We proberen u te helpen zodat u uw sondevoeding zelfstandig kunt toedienen.

WAT IS SONDEVOEDING?

Sondevoeding is een vloeibare voeding die alle nodige voedingsstoffen namelijk eiwitten, suikers, vetten, vitamines en mineralen bevat.

HET BELANG VAN SONDEVOEDING

Sondevoeding kan de gewone voeding aanvullen of volledig vervangen afhankelijk van hoeveel u zelf nog kunt eten en drinken en de ernst van mogelijke nevenwerkingen die u ondervindt van uw therapie.

Op deze manier proberen we met sondevoeding ongewenst gewichtsverlies te voorkomen. Afhankelijk van wat u op dat moment nog kunt eten, wordt de toe te dienen hoeveelheid sondevoeding bepaald. Sondevoeding is ook belangrijk om spieraafbraak te voorkomen.

Het toedienen van sondevoeding heeft een invloed op uw dagelijks leven. Misschien ervaart u de sondevoeding als een belemmering voor uw sociaal leven en activiteiten. In de eerste plaats is ze echter bedoeld als een comfortbehandeling: de sondevoeding zorgt ervoor dat een mogelijke spanning rond de maaltijdmomenten afneemt, dat u op gewicht kunt blijven en dat uw lichaam voorzien wordt van noodzakelijke voedingsstoffen. Samen met de diëtiste en/of verpleegkundige zoeken we met u naar het gepaste tijdstip en de inloopsnelheid van de sondevoeding.

HET TOEDIENEN VAN SONDEVOEDING

HET OPSTARTEN VAN SONDEVOEDING

Sondevoeding wordt geleidelijk aan opgebouwd. Vaak wordt gestart met 500 ml sondevoeding. De eerste keer of keren wordt die overdag gegeven, zodat u zelf kunt aangeven wanneer de voeding te zwaar 'weegt' op de maag en de toedieningsnelheid verminderd moet worden.

Zodra u deze hoeveelheid sondevoeding goed verdraagt, kan de sondevoeding 's nachts gegeven worden. Ook kan de hoeveelheid sondevoeding worden opgedreven (bijvoorbeeld van 500 ml naar 1 000 ml). De sondevoeding wordt dan 's avonds aangekoppeld en wanneer u 's morgens opstaat hebt u bijvoorbeeld 1 000 ml ingenomen. Overdag kunt u dan – zo lang het mogelijk is – gewoon eten en/of drinken. Vermits er al een calorie-inname is via de sondevoeding 's nachts, zal mogelijke 'druk' of 'stress' rond eetmomenten overdag, minder groot zijn.

Als u niet meer (voldoende) kunt eten of als u te veel vermagerd bent, hebt u ook overdag sondevoeding nodig. Op deze manier wordt steeds een voldoende energie-inname bekomen en verdere vermagering afgeremd. De hoeveelheid sondevoeding kan dan opgedreven worden tot 1 500 of 2 000 ml.

Voorbeelden van mogelijke toedieningsschema's:

Toediening/24 uur	's Nachts	Overdag
500 ml	500 ml	-
1 000 ml	1 000 ml	-
1 500 ml	1 000 ml	500 ml
2 000 ml	1 000 ml	1 000 ml

1 ml standaard sondevoeding = 1 kcal

Sondevoeding wordt afgeleverd in hoeveelheden van 500 ml of 1 000 ml.

Soms kan de diëtiste in overleg met uw behandelende arts en uw verpleegkundige beslissen om sondevoeding te geven met een hogere energie of caloriewaarde. In dit geval bevat 1 ml sondevoeding 1,5 kcal.

ALGEMENE AANDACHTSPUNTEN MET BETREKKING TOT HET TOEDIENEN VAN SONDEVOEDING

Hygiëne

Probeer altijd zo hygiënisch mogelijk te werken wanneer u sondevoeding gebruikt. We geven u enkele tips:

- X Was uw handen voor het aan- en afkoppelen van de sondevoeding.
- X Controleer of de sondevoeding niet vervallen is.
- X Verwissel de trousse om de 2 à 3 dagen (u kunt bijvoorbeeld de datum op de trousse of op een kalender noteren als geheugensteun).
- X Spoel de trousse na gebruik met ruim voldoende water.
- X Laat sondevoeding nooit langer dan 24 uur aanhangen.

Bewaren van sondevoeding

Zolang de fles niet geopend is, bewaart u de sondevoeding op kamertemperatuur. Als een fles niet volledig leeg is en u ze later op de dag wilt gebruiken, dan sluit u de fles goed en bewaart u ze in de koelkast. De sondevoeding is op deze manier 24 uur houdbaar vanaf het moment dat de fles geopend werd. Binnen de 24 uur kan de sondevoeding verder toegediend worden. Voor u deze sondevoeding opnieuw wilt gebruiken, moet u ze wel tijdig uit de koelkast halen, zodat ze terug op kamertemperatuur is. Als u de voeding op een te lage temperatuur laat inlopen, kunt u immers maag- en darmlast krijgen.

Uitdroging

Voldoende vocht innemen is en blijft belangrijk. Vooral wanneer u chemotherapie of andere celremmende geneesmiddelen krijgt, is dit van belang zodat alle afvalstoffen voldoende snel afgevoerd kunnen worden door de nieren. Een vochtinname van 2 liter/dag is aangeraden. Dit wil zeggen dat de hoeveelheid sondevoeding, de hoeveelheid spoelvoestof, de hoeveelheid vloeistof die gebruikt wordt om geneesmiddelen toe te dienen én de hoeveelheid vocht die gedronken wordt, samen minimum 2 liter per dag moeten zijn. Als u deze hoeveelheid niet haalt, kunt u extra water drinken of via de sonde toedienen.

Stoelgang

Uw stoelgang kan veranderen wanneer u sondevoeding gebruikt. Diarree kan optreden ten gevolge van geneesmiddelen, onhygiënisch handelen, een te snelle toediening, toediening in te grote hoeveelheid of een te koude toediening van sondevoeding.

Ook is het mogelijk dat u niet meer elke dag naar het toilet hoeft.

Terugvloei van sondevoeding

Lig nooit volledig plat wanneer u sondevoeding toedient. Op deze manier zou de sondevoeding terug in de slokdarm en eventueel zelfs in de longen kunnen lopen. Dit geeft een branderig gevoel en kan ontstekingen veroorzaken in de longen. Wanneer u 's nachts sondevoeding aanhangt, is het dus belangrijk met het hoofd wat hoger te liggen door bijvoorbeeld twee hoofdkussens te gebruiken.

PRAKTISCHE AANDACHTSPUNTEN MET BETREKKING TOT HET TOEDIENEN VAN SONDEVOEDING

Bij de inschakeling van een dienst voor voedingsthuiszorg, krijgt u van hen precieze instructies over hoe u de sondevoeding moet toedienen. Soms kan het zijn dat de verpleegkundige u in het ziekenhuis leerde hoe u uw sondevoeding kunt toedienen.

U vindt hier geen opsomming van de verschillende stappen van de toediening, daar geeft immers de dienst voor voedingsthuiszorg of de verpleegkundige instructies over. Hier vindt u aandachtspunten en handelingen die belangrijk en nodig zijn bij het toedienen van sondevoeding:

- X** U hangt de sondevoeding aan een staander, hoger dan de sonde, waardoor de sondevoeding bij u kan inlopen. De sondevoeding wordt in dit geval toegediend met behulp van de zwaartekracht.
- X** U spoelt de sonde steeds vóór en na elk gebruik (voeding en/of medicatie) met 50 ml water.
- X** Op de trousse bevindt zich een rolregelklem. Hiermee kunt u de toedieningsnelheid (bij)regelen.

X Wanneer u geneesmiddelen toedient, hou dan rekening met volgende aandachtspunten:

- Moet ik deze medicatie nuchter nemen? U stopt de sondevoeding best 2 uur voor het toedienen van het geneesmiddel en herstart de sondevoeding een uur later.
Een voorbeeld:
om 8 uur 's morgens sondevoeding afschakelen
om 10 uur medicatie toedienen
om 11 uur herstarten van sondevoeding
- Mag deze medicatie worden geplet? Vraag voor het pletten van geneesmiddelen raad aan uw (huis)arts of (thuis)verpleegkundige.
- Mag ik deze verschillende geneesmiddelen samen of gelijktijdig toedienen? Vraag hierover raad aan uw (huis)arts of (thuis)verpleegkundige.

X Soms wordt de sondevoeding met een elektrische pomp toegediend. Zo'n pomp laat de sondevoeding automatisch en aan een constante toedieningsnelheid inlopen.



Op afbeelding 1 ziet u hoe een fles met sondevoeding (afbeelding 2) met een speciale leiding, aangesloten wordt op de PEG-sonde.

VERSTOPTE SONDE

De sonde kan verstoppen ten gevolge van:

- ✓ het onvoldoende doorspoelen van de sonde met water
- ✓ het onvoldoende fijnmaken van geneesmiddelen om door de sonde te spuiten
- ✓ het doorspuiten van andere voeding (bijvoorbeeld fruitpap, soep) of vloeistoffen (zoals frisdranken, bruisend water) dan sondevoeding of water.

Hoe kunt u het verstoppen van de sonde voorkomen?

- ✓ De sonde doorspoelen met (minstens) 50 ml water voor en na toediening van sondevoeding en/of medicatie.
- ✓ Maak geneesmiddelen voldoende fijn, los ze op in water, zuig ze op door een grote spuit en spuit ze vervolgens door de sonde. Spoel de sonde met (minstens) 50 ml water. (niet elk geneesmiddel mag geplet worden om via de sonde toe te dienen. Vraag hiervoor raad aan uw (huis)arts of (thuis)verpleegkundige).
- ✓ Dien enkel sondevoeding of water toe, geen andere vloeibare voeding of andere dranken.

Ook wanneer u uw sonde niet (meer) gebruikt, blijft spoelen belangrijk. Het is dan voldoende om 1 keer per dag 50 ml lauw water door de sonde te spuiten om verstopping te voorkomen.

Wat kunt u doen als de sonde verstopt is?

- Probeer met een klein spuitje zo veel mogelijk voeding uit de sonde op te trekken.
- Klem de sonde af.
- Vul een spuit van minstens 20 ml volledig met lauwwarm water. Een spuit met een kleiner volume kan beschadiging aan de binnenkant van de sonde veroorzaken.
- Zet deze spuit op de sonde.
- Open de klem van de voedingssonde. Het water gaat (deels) spontaan in de sonde.
- Klem opnieuw de voedingssonde af en laat het water even inwerken.
- Probeer de voedingssonde na 30 minuten opnieuw te spoelen. Zuig aan en probeer door te spoelen en herhaal deze beweging verschillende keren.
- Spoel de sonde enkel door met niet-bruisend water. Als u andere producten gebruikt, kan dit de verstopping verergeren.

WANNEER MOET IK MIJN (HUIS)ARTS OF (THUIS)VERPLEEGKUNDIGE RAADPLEGEN?

Bij aanhoudende misselijkheid, braken, diarree en afwezigheid van stoelgang gedurende drie dagen.

BESPREEK VOLGENDE ITEMS MET UW DIËTIST, ARTS OF VERPLEEGKUNDIGE

- Als u gewicht verliest of ongewenst bijkomt.
Het gewicht is een goede parameter om uw voedingstoestand op te volgen. Het volstaat om u 1 keer per week te wegen.
- Als u last heeft van diarree, verstopping, krampen, misselijkheid en braken.
- Wanneer u vragen hebt:
 - X Zijn er verschillende soorten sondevoeding?
 - X De sondevoeding valt mij (te) zwaar of ik kan de sondevoeding niet goed kan verdragen, kan ik dan andere sondevoeding nemen?
 - X Ik moet bijvoorbeeld 1 500 ml sondevoeding nemen, hoe verdeel ik dit best over mijn dag?

DE BESTELLING VAN DE MATERIALEN EN DE SONDEVOEDING

Wanneer bij u sondevoeding moet opgestart worden, zal de diëtiste een bestelling plaatsen bij de dienst voor voedingsthuiszorg. De dienst voor voedingsthuiszorg zal met u en eventueel uw thuisverpleegkundige contact opnemen en een afspraak vastleggen voor de uitleg en de eerste toediening van de sondevoeding thuis.

Wanneer de dienst voor voedingsthuiszorg bij u thuis komt, heeft ze de bestelde hoeveelheid sondevoeding, troussen, spuiten en een staander mee.

Via het ziekenfonds hebt u recht op een tegemoetkoming, een vast bedrag per dag voor de sondevoeding en het materiaal.

U kunt ook alle benodigdheden zelf aankopen via de apotheek. Dan krijgt u echter weinig tot geen praktische uitleg. Aankopen via de apotheek zijn ook duurder dan via de dienst voor voedingsthuiszorg.

AFBOUWSCHEMA VAN SONDEVOEDING

Het afbouwen van sondevoeding gebeurt in principe op dezelfde manier als het opbouwen ervan: geleidelijk aan. Als u beter of opnieuw begint te eten, zal de sondevoeding geleidelijk aan afgebouwd worden. Per afbouwstap wordt 500 ml sondevoeding minder toegediend. Kreeg u 1 500 ml sondevoeding per dag, dan zult u dus overstappen naar 1 000 ml sondevoeding over de nacht, later naar 500 ml over de nacht en tenslotte zult u geen sondevoeding meer krijgen.

VOEDINGSSHEMA

(DE DIËTISTE NOTEERT HIER HOE UW PERSOONLIJK VOEDINGSSHEMA ERUITZIET)

X Type voedingssonde:

PEG

PEJ

Nasogastrisch

X Sondevoeding:

Type trousse:

X Hoeveelheid sondevoeding:

Toedieningsplan:

.....

Extra water:

X Opbouwschema (als nodig):

.....

.....

X Toedieningswijze:

Zwaartekracht: druppels/15 seconden (.... ml/uur)

Voedingspomp: ml/uur

Zeker niet vergeten:

- Sondevoeding moet op kamertemperatuur worden toegediend. Houd de voeding dus uit de zon en bewaar ze op kamertemperatuur (niet in de koelkast).
- Geopende flessen of zakken moeten bewaard worden in de koelkast. Leg ze maximaal een half uur voor het gebruik uit de koelkast. Geopend niet langer dan 24 uur bewaren!
- Voor en na het gebruik van de sondevoeding spoelen met minstens 50 ml water op kamertemperatuur.
- De trousse kan tot 3 dagen gebruikt worden, maar spoel de trousse goed na en bewaar ze in een propere keukenhanddoek (niet in de koelkast).
- Gebruik de spuit voor het spoelen hoogstens 1 week. Spoel en droog de spuit na elke handeling..

WIE CONTACTEREN BIJ PROBLEMEN OF VRAGEN?

U kunt terecht bij uw (thuis)verpleegkundige en/of uw (huis)arts. De dienst voor voedingsthuiszorg is permanent beschikbaar, 7 dagen per week en 24 uur per dag bereikbaar.

(HUIS)ARTS

(THUIS)VERPLEEGKUNDIGE

VERPLEEGAFDELING: EENHEID

DIËTISTE

VOEDINGSTHUISZORGDIENST

Remedus

Tel. 070 35 01 55

Fax 070 35 01 56

Email info@remedus.be

Linde Healthcare

Tel. 070 23 38 24

Fax 070 23 38 28

E-mail info.healthcare.be@linde.com

© september 2016 UZ Leuven

Overname van deze tekst en illustraties is enkel mogelijk na toestemming van de dienst communicatie UZ Leuven.

Ontwerp en realisatie

Deze tekst werd opgesteld door het Leuvens kankerinstituut (LKI) in samenwerking met de dienst communicatie.

www.chemotherapie.be

U vindt deze brochure ook op www.uzleuven.be/brochure/700015.

Opmerkingen of suggesties bij deze brochure kunt u bezorgen via communicatie@uzleuven.be.

Verantwoordelijke uitgever
UZ Leuven
Herestraat 49
3000 Leuven
tel. 016 33 22 11
www.uzleuven.be

Als patiënt
kunt u uw afspraken,
facturen en persoonlijke
gegevens ook online
raadplegen via **mynexuz**.
Surf naar www.mynexuz.be
voor meer informatie.

