

Gebruikersinformatie

# Nutrison sondevoeding & Flocare toedieningsmaterialen



# Ervaringen van sondevoedinggebruikers

## **Peter (48 jaar) voelt zich sterker**

*“Fysiek voel ik me sterker, ik kan beter omgaan met de alledaagse dingen. Ik voel me fitter en dat voel ik meteen aan het begin van de dag. Ik kan alles veel beter aan, zowel fysiek als mentaal.”*

## **Jane (67 jaar) ziet sondevoeding als een ideale manier om haar man te voeden**

*“Voordat mijn man ziek werd, dacht ik meteen aan oude, ernstig zieke mensen als iemand over sondevoeding sprak. Maar nu, kijkend naar mijn man die aan het herstellen is van zijn aandoening, zie ik sondevoeding alleen maar als een ideale manier om hem te voeden”*

## **Rick (46 jaar) kwam door sondevoeding weer snel op gewicht**

*“De eerste weken kreeg ik sondevoeding via een neussonde, daarna via een PEG sonde. Ik woog op dat moment nog maar 43 kg dus er moesten veel calorieën in. Ik begon met energieverrijkte sondevoeding en kwam snel aan in gewicht; na een half jaar woog ik al 55 kg.”*

## **Simon (57 jaar) diende sondevoeding bij zijn vrouw toe**

*“In het begin had ik best wel een beetje angst, want ik had niemand in mijn omgeving die mij kon helpen. Maar sondevoeding toedienen en mijn vrouw verzorgen was erg gemakkelijk, geen probleem.”*

## **Sophie (45 jaar) gaat elke week zwemmen:**

*“Ik ga elke week zwemmen én neem één keer in de week een bad, zonder problemen. De eerste keer dat ik met mijn sonde ging zwemmen was ik wel nerveus. Maar de dokters vertelden me dat het geen probleem was.”*



U heeft te horen gekregen dat u sondevoeding moet gaan gebruiken of u gebruikt mogelijk al sondevoeding. Dit kan zijn naar aanleiding van een ziekte of een operatie waardoor u tijdelijk of voor een langere periode niet (voldoende) kan of mag eten. Hierdoor loopt u het risico ondervoed te raken of bent u wellicht al ondervoed. Sondevoeding draagt bij om alle noodzakelijke voedingsstoffen binnen te krijgen die u nodig heeft.

In deze brochure krijgt u meer informatie over het gebruik van sondevoeding. U leest wat sondevoeding is en hoe u ermee om kunt gaan.



# Inhoudsopgave

Sondevoeding	6
- Wat is sondevoeding?	6
- Waarom sondevoeding?	6
Sondevoeding & toedieningsmaterialen van <b>Nutricia</b>	7
- Nutrison sondevoeding	7
- Flocare toedieningsmaterialen	11
<b>Controle</b> van de ligging van de sonde	12
<b>Manieren</b> om sondevoeding toe te dienen	14
- Intermitterend	14
- Continu	14
- Per portie	14
- Met of zonder pomp?	14
Een goede <b>verzorging</b>	16
<b>Verzorging</b> van de neussonde	18
- Bevestiging van de neussonde	18
- Verzorging van de PEG sonde en gastrostomiesonde	18
- Verstopping van de sonde	19
- Verzorging van de mond	19
Sondevoeding en <b>medicijnen</b>	20
Vragen en <b>oplossingen</b>	21
<b>Sociale</b> en <b>emotionele</b> aspecten	24
<b>Aanvullende</b> adviezen	25
- Gewoon eten	25
- Stoppen met sondevoeding	25
- Vergoeding	25
- Advies & informatie	25
Een <b>verhaal</b> uit de praktijk	26
Contactpersonen	27

# Sondevoeding

## **Wat is sondevoeding**

Sondevoeding is een vloeibare voeding die via een flexibel slangetje – de sonde – rechtstreeks in de maag of darm wordt toegediend. Sondevoeding bevat alle voedingsstoffen die u dagelijks nodig heeft, zoals koolhydraten, eiwitten, vetten, vitamines, mineralen, water en meestal ook vezels. Sondevoeding is bedoeld om de normale dagelijkse voeding geheel te vervangen, maar in sommige gevallen wordt het als aanvulling naast uw normale voeding geadviseerd. Om voldoende voedingsstoffen binnen te krijgen is het belangrijk om het voorschrift wat u hebt gekregen nauwkeurig op te volgen.

## **Waarom sondevoeding**

U krijgt sondevoeding als u door bijvoorbeeld ziekte, een operatie, medicijnen of een behandeling niet of onvoldoende kunt eten. Door het gebruik van sondevoeding bent u in de meeste gevallen verzekerd van voldoende inname. Een goede voedingstoestand draagt bij aan uw conditie en weerstand.

Uw arts of diëtist bepaalt hoe lang u sondevoeding moet gebruiken. Dit kan variëren van enkele weken tot een aantal maanden of zelfs levenslang, afhankelijk van uw situatie. Bij het starten van de sondevoeding kan het zijn dat uw maagdarmkanaal daar even aan moet wennen. Eventuele klachten zijn echter meestal van voorbijgaande aard. Bij het veranderen van het soort/type sondevoeding moet u daar ook weer aan wennen. Verander dus alleen van sondevoeding als dat echt noodzakelijk is.

Stop of wijzig het gebruik van sondevoeding nooit zelfstandig. Als u eenmaal gewend bent aan uw sondevoeding, dan is het verstandig om deze voeding voort te zetten. Ook in de thuissituatie en/of bij ontslag vanuit het ziekenhuis. Neem altijd contact op met uw diëtist en/of behandelend arts bij een verandering.

# Sondevoeding & toedieningsmaterialen van **Nutricia**

## **Nutrison sondevoeding**

Nutricia heeft onder de naam Nutrison verschillende sondevoedingen voor volwassenen (vanaf 12 jaar).

Omdat de voedingsbehoefte per gebruiker verschilt, is er een breed assortiment sondevoeding beschikbaar.



Nutrison heeft een specifieke samenstelling die goed getolereerd wordt. Gebruikt u Nutrison naar tevredenheid en ben u ermee vertrouwd? Behoud deze zekerheid door dezelfde sondevoeding thuis, in een verpleeghuis of verzorgingshuis zonder zorgen voort te zetten als dat nodig is.

## **Flocare toedieningsmaterialen**

Flocare is de naam voor alle materialen die nodig zijn om Nutrison sondevoeding betrouwbaar, veilig en gebruiksvriendelijk toe te dienen.

Overleg met uw arts of diëtist wat voor u de meest passende vorm is om sondevoeding te gebruiken. Hierdoor kunt u sondevoeding zo goed mogelijk in uw dagelijkse leven inpassen.

Op de volgende pagina's vindt u meer informatie over de verschillende sondes, toedieningssystemen en de Flocare voedingspomp.

## De sonde

Een sonde is een flexibel slangetje. Het uiteinde van het slangetje ligt in de maag of in de dunne darm. Er zijn verschillende soorten sondes in het Flocare assortiment verkrijgbaar: de neussonde en gastrostomiesondes (PEG sonde en G-tube).

## De neussonde

Een neussonde is een dun en soepel slangetje dat door de neus, via de keel en de slokdarm naar de maag of darmen wordt geschoven. Een sonde die van de neus naar de maag loopt heet een neus-maagsonde. Als de sonde van de neus naar de darmen loopt, heet het een neus-duodenumsonde (hierbij ligt de sonde in het begin van de dunne darm) of neus-jejunumsonde (hierbij ligt de sonde in het midden van de dunne darm).

Als u langer dan 3 weken sondevoeding nodig heeft, kunt u overleggen met uw arts of diëtist of een andere toedieningsvorm dan een neussonde geschikt voor u is.



*neussonde*



*PEG sonde*



## Gastrostomiesondes

### De PEG sonde

#### (Percutane endoscopische gastrostomie sonde)

Een PEG sonde loopt, anders dan de neussonde, direct door de buikwand naar de maag. In het geval van een PEG-J sonde gaat dit direct naar de dunne darm. De voeding wordt hierbij rechtstreeks in de maag of in de dunne darm gegeven. Het plaatsen van de PEG gebeurt met behulp van een endoscoop (een instrument waarmee een arts via een flexibele buis in het lichaam kan kijken). Het gaatje wat gemaakt wordt heet een fistel (vergelijkbaar met een gaatje voor een oorbel). Door het fistel wordt een dun slangetje – de PEG – aangelegd. Omdat de PEG onder uw kleding zit, ziet niemand dat u een sonde draagt. De PEG wordt meestal geplaatst als sondevoeding voor langere tijd (>2-3 weken) nodig is.

### De G-tube

Als de PEG sonde aan vervanging toe is of wanneer u dit zelf wilt, wordt vaak een G-tube geplaatst via het bestaande fistel. De G-tube kan zonder endoscoop geplaatst worden. Aan het uiteinde van een G-tube zit een ballonnetje. Als de G-tube is aangebracht, wordt het ballonnetje gevuld met water. Zo blijft de sonde op zijn plaats.

## Veilig voeden met de Flocare Infinity voedingspomp

Om sondevoeding nauwkeurig toe te dienen, zijn goede en betrouwbare toedieningsmaterialen nodig. De Flocare Infinity is een pomp die deze nauwkeurige toediening mogelijk maakt. De Flocare Infinity pomp is eenvoudig te bedienen, veilig en gebruiksvriendelijk. De Flocare Infinity pomp is klein en handig mee te nemen in een rugzak zodat u bij de toediening van sondevoeding uw bewegingsvrijheid kunt behouden. Daarnaast is de Flocare Infinity pomp eenvoudig schoon te maken onder de kraan.

### Het toedieningssysteem

Een toedieningssysteem is een flexibele slang die de voeding via de pomp naar de sonde brengt. Toedieningssystemen zijn belangrijk voor de goede werking van de pomp. Zo zit in het toedieningssysteem van de Flocare Infinity een 'freeflow beveiliging'. Deze beveiliging zorgt ervoor dat u nooit teveel voeding in een keer kan ontvangen.



Let op!: in verband met hygiëne adviseren wij het toedieningssysteem iedere 24 uur te vervangen.



Het Flocare toedieningssysteem in combinatie met Nutrison sondevoeding draagt bij aan veilig en hygiënisch voeden. De Flocare toedieningssystemen zijn gemaakt van zacht en huidvriendelijk materiaal.

### **Mobiel met een Flocare rugzak**

Binnen het Flocare assortiment is ook een rugzak beschikbaar voor een optimale bewegingsvrijheid. Dit is een comfortabele rugzak waar de Flocare Infinity pomp samen met de Nutrison sondevoeding gemakkelijk in past. De bijbehorende standaard kunt u ook los gebruiken, bijvoorbeeld op uw nachtkastje als u 's nachts sondevoeding gebruikt.



# Controle van de ligging van de sonde

Controle van de ligging van de sonde vindt plaats na plaatsing van een (nieuwe) sonde en bij vermoeden van dislocatie (verschuiving), b.v. na braken, hoesten of benauwdheid. Het toedienen van sondevoeding kan gestart worden nadat de correcte ligging van de sonde is bevestigd. Op deze manier bent u er zeker van dat de voeding direct op de juiste plek in uw lichaam komt. Wanneer dit niet het geval is, kunnen ongemakken of eventueel gevaarlijke situaties ontstaan. Methoden voor de controle van de ligging van de sonde zijn via een röntgenfoto of, indien de sonde in de maag ligt, door het meten van de zuurgraad of de pH waarde van de maaginhoud d.m.v. pH-indicatiepapier. In geval van een PEG sonde of G-tube dient ook de positie van de externe fixatiedisk en de conditie van de fistel gecontroleerd te worden.

## Controle ligging van de sonde met behulp van pH-waarde meting

Benodigdheden:

- Een 50 ml spuit
- pH-indicatiepapier; pH-strips (pH 2,0 - 9,0) met gradaties van 0,5
- water (kraanwater of water dat geadviseerd wordt door het verzorgend personeel)

1. Was uw handen vóór en ná het controleren van de ligging van de sonde
2. Verwijder het dopje van de voedingsconnector van de sonde en bevestig een spuit op de voedingsconnector van de sonde
3. Haal de trekker van de spuit langzaam en voorzichtig naar achteren tot een kleine hoeveelheid vloeistof in de spuit terechtkomt\*
4. Ontkoppel de spuit van de sonde en plaats het dopje weer terug op de sonde
5. Spuit een beetje van de opgetrokken vloeistof op het pH-indicatiepapier. Als de pH-waarde 5,5 of lager is, ligt de sonde op de juiste positie in de maag. Spuit de sonde vervolgens door met 20-30 ml water.

Als de pH-waarde hoger dan 5,5 is, stop dan de toediening van sondevoeding of medicijnen door de sonde. Controleer de pH-waarde opnieuw binnen 30-60 minuten. Indien de pH-waarde nog steeds hoger is dan 5,5, neem dan contact op met uw arts of verpleegkundige. Dien geen sondevoeding of vloeistoffen (meer) toe via uw sonde.



\* Wanneer het niet mogelijk is om vloeistof op te trekken om de pH-waarde te controleren, kunt u het volgende proberen:

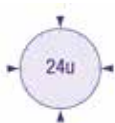
1. Ga op uw linkerkant liggen, wacht enkele minuten en probeer het vervolgens opnieuw
2. Drink, wanneer u hiertoe in staat bent en dit veilig voor u is, een beetje water en doe de test opnieuw
3. Als het nog steeds niet mogelijk is om vloeistof op te trekken, neem dan contact op met uw arts of verpleegkundige.

# Manieren om sondevoeding toe te dienen

Er zijn drie mogelijkheden waarop sondevoeding toegediend kan worden. Intermitterend, continu of per portie. Uw arts of diëtist bepaalt in overleg met uzelf wat het beste bij u past.

## Intermitterend

Bij intermitterend voeden, krijgt u druppelsgewijs gedurende 1 dagdeel sondevoeding. Dit kan bijvoorbeeld 's nachts gebeuren als u sondevoeding als aanvulling nodig heeft. De rest van de dag wordt het toedieningssysteem afgekoppeld en de sonde afgesloten. U kunt dan zelf gewoon eten en drinken als dat is toegestaan.



## Continu

Bij continu voeden loopt de sondevoeding druppel voor druppel naar binnen. Dat kan 24 uur lang.

## Per portie

Bij toediening per portie (ook wel 'per bolus' genoemd), krijgt u op verschillende momenten per dag een bepaalde hoeveelheid sondevoeding. Bijvoorbeeld 6 tot 8 keer per dag een portie van 200 - 250 ml.

## Met of zonder pomp?

U kunt de sondevoeding zowel met als zonder pomp toedienen. Als de sondevoeding zonder pomp wordt toegediend, komt de sondevoeding direct vanuit een Pack dat boven of naast u hangt. De voeding druppelt dan naar beneden. Een pomp, zoals de Flocare Infinity, 'duwt' de voeding door de sonde. Een pomp verdient de voorkeur, omdat die de benodigde hoeveelheid voeding nauwkeuriger kan toedienen.



# Een goede **verzorging**

Voorkom dat er bacteriën in uw voeding komen en de voeding bederft:

- Was altijd uw handen en werk zo hygiënisch mogelijk
- Controleer de uiterste houdbaarheidsdatum van de sondevoeding
- Controleer de verpakking, de verzegeling en de inhoud op zichtbare beschadigingen of afwijkingen: bij twijfel de voeding niet gebruiken
- Schud de verpakking voor gebruik
- Volg de instructies op de verpakking
- Inhoud niet verdunnen en geen medicatie aan de voeding toevoegen
- Verwissel het toedieningssysteem elke 24 uur
- Wanneer u gebruik maakt van een spuit voor het toedienen van de sondevoeding, gebruik dan voor elke portie een nieuwe spuit
- Nutrison is verkrijgbaar in een Pack; dit is een foliezak met een speciale aansluiting. Door deze speciale aansluiting komt er geen lucht bij de voeding en is de kans op besmetting geminimaliseerd. Hierdoor kan het Pack 24 uur worden aangehangen, maar nooit langer dan 24 uur
- Bewaar de eenmaal geopende verpakking, als deze niet gekoppeld is aan een toedieningssysteem altijd goed afgesloten in de koelkast (bij max. 7°C) en nooit langer dan 24 uur
- Het is aan te bevelen om een sticker op de verpakking te plakken waarop u vermeldt wanneer de verpakking is geopend.





# Verzorging van de neussonde

Om te voorkomen dat de sonde verstopt raakt, is het belangrijk om deze goed te verzorgen. Spuit de sonde minimaal 3 keer per dag door met 20-30 ml (kraan)water en:

- bij het aan- en afkoppelen van het Pack, dus ook bij het verwisselen van een Pack
- voor en na het toedienen van medicatie
- voor het slapen gaan en na het wakker worden

## Bevestiging van de neussonde

De neussonde wordt meestal bevestigd met behulp van een pleister op de neus en soms ook op de wang. Om te voorkomen dat de sonde verschuift of zelfs uit de neus valt, is het belangrijk dat de pleister regelmatig wordt verschoond.

Bij het wisselen van de pleister moet u er goed op letten dat de sonde op dezelfde plek blijft zitten. Om hier zeker van te zijn kunt u eventueel met een markeerstift een streepje zetten op de plek waar de sonde direct uit de neus komt. Vervang minimaal elke 3 dagen de pleister. Haal de pleister rustig en voorzichtig los.

## Verzorging van de PEG sonde en G-tube

Maak tijdens het wassen of douchen de huid schoon met water. Droog de huid rondom de sonde zorgvuldig. Gebruik nooit een föhn om de huid rondom de sonde te drogen. Draai de sonde dagelijks 180° rond z'n as en beweeg de sonde omhoog en omlaag in de insteekopening (min. 1,5 cm) om ingroei van de sonde te voorkomen. (NB: als u een PEG-J sonde heeft kunt u de sonde alleen omhoog en omlaag bewegen, niet draaien!). Zo voorkomt u dat de PEG sonde of G-tube vastgroeit in de maagwand. Leg eventueel een gaasje tussen de huid en het buitenste plaatje op de buikwand. Vermijd het gebruik van pleisters om de sonde op de buik vast te plakken.

Indien u pleisters gebruikt om de huid te beschermen, maak dan gebruik van speciale transparante pleisters. Wanneer de huid rondom de PEG sonde of G-tube toch rood of geïrriteerd is, waarschuw dan uw arts of verpleegkundige.

### **Verstopping van de sonde**

- Als u weerstand voelt bij het doorspuiten van de sonde, probeer dan niet geforceerd door te spuiten:
  - Trek, met behulp van een spuit, het overtollige water boven de verstopping op
  - Spuit vervolgens voorzichtig lauw water door de sonde, met behulp van een 20 ml spuit. Gebruik geen spuit kleiner dan 5 ml. Dit geeft een te hoge druk voor de sonde.
- Helpt het doorspuiten met lauw water niet en zit de verstopping in het deel van de sonde wat zichtbaar is buiten het lichaam, rol dat deel van de sonde zachtjes tussen duim en wijsvinger over de gehele lengte van de sonde.  
Wanneer er nog steeds een verstopping zit, trek de spuit voorzichtig terug en probeer de sonde vervolgens opnieuw door te spuiten.
- Gebruik geen zure oplossingen zoals vruchtensappen of koolzuurhoudende dranken, omdat deze de sondevoeding kunnen laten schiften en het materiaal kan aantasten.
- Is de sonde nog steeds verstopt, raadpleeg dan uw arts of verpleegkundige.

### **Verzorging van de mond**

Als u sondevoeding gebruikt, eet u weinig of helemaal niet meer 'normaal'. Er wordt hierdoor minder speeksel aangemaakt. Dit heeft een negatief effect op de gezondheid van uw mond en tanden. Daarom is het belangrijk om een paar keer per dag uw tanden te poetsen en de mond regelmatig te spoelen met schoon water. Meestal mag u nog wel wat drinken. Heeft u iets zoets gedronken, spoel de mond dan ook na met water. Als u kauwgom mag gebruiken, is het kauwen hierop een goede manier om de speekselklieren te activeren en de mond vochtig te houden. Bescherm uw lippen en de huid eromheen met een crème tegen uitdroging.

# Sondevoeding en **medicijnen**

Als u medicijnen gebruikt, kunt u ze het beste op de normale wijze, dus als tablet, innemen. Als dit niet mogelijk is, kunnen ze ook via de sonde toegediend worden. Het medicijn moet dan vloeibaar zijn. Informeer hiernaar bij uw apotheek. Het is niet verstandig om de tabletten zelf fijn te maken. De werking van de medicijnen kan dan verminderen of veranderen. Vermeng de medicijnen ook nooit met de sondevoeding. De medicijnen kunnen in vloeibare vorm met een spuit, via de medicatiepoort op het toedieningssysteem, worden toegediend. Overleg altijd met uw behandelend arts over het gebruik van medicatie.

## **Richtlijnen voor het toedienen van medicijnen**

- Was uw handen.
- Stop de voedingspomp zodat toediening van de sondevoeding stopt.
- Trek 20-30 ml (kraan)water op in een spuit.
- Verwijder het afsluitdopje van de medicatiepoort op het toedieningssysteem.
- Plaats de spuit op de medicatiepoort en spuit de sonde door met het water.
- Trek het vloeibare medicijn op in een spuit.
- Plaats de spuit op de medicatiepoort en spuit het medicijn door de sonde.
- Spoel de sonde goed schoon met 20-30 ml water.
- Sluit de medicatiepoort af met het dopje.
- Open de rolregelklem of start de pomp.
- Overleg altijd met uw behandelend arts over het gebruik van medicatie.

# Vragen en oplossingen

Soms komt het voor dat u problemen ervaart tijdens het gebruik van sondevoeding. Op de volgende pagina's vindt u een aantal tips die u kunnen helpen om mogelijke problemen te voorkomen of te verhelpen. Indien u één van deze problemen ervaart, neem dan contact op met uw diëtist of behandelend arts.



Probleem	Mogelijke oorzaak
Diarree	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Niet hygiënisch genoeg gehandeld</li> <li>• Het toedieningssysteem is te lang gebruikt</li> <li>• De sondevoeding is te snel ingelopen</li> <li>• De temperatuur van de sondevoeding is te koud</li> <li>• De sondevoeding bevat geen vezels</li> <li>• U verdraagt dit type sondevoeding niet</li> <li>• Door bijwerkingen van medicatie</li> </ul>
Obstipatie	<ul style="list-style-type: none"> <li>• U heeft een te geringe vochtinname</li> <li>• De sondevoeding bevat geen vezels</li> <li>• Gebrek aan lichaamsbeweging</li> <li>• Door bijwerkingen van medicatie</li> </ul>
Droge mond	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Een verminderde speekselproductie</li> </ul>
Misselijkheid en/of braken	<ul style="list-style-type: none"> <li>• De sondevoeding is te snel ingelopen</li> <li>• U verdraagt dit type sondevoeding niet</li> <li>• Een verkeerde houding</li> <li>• Een vertraagde maaglediging</li> <li>• Er is een obstructie in het maagdarmkanaal</li> <li>• Onderliggend ziektebeeld</li> </ul>
Uitdroging	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Onvoldoende vochtinname (hoeveelheid en kleur van de urine is een goed controlemiddel)</li> </ul>
Irritatie van het neusgat	<ul style="list-style-type: none"> <li>• De sonde drukt te lang op één plaats</li> <li>• De sonde schuurt bij het slikken</li> <li>• De neuspleister irriteert/is te strak bevestigd</li> <li>• Er is een te dikke of te stijve sonde geplaatst</li> <li>• De sonde is verschoven</li> </ul>
Sonde valt uit het fistel	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Een PEG kan vrijwel niet uit de fistel vallen. Gebeurt dit toch dan is de mogelijke oorzaak: <ul style="list-style-type: none"> <li>- De PEG-sonde is niet goed gefixeerd</li> <li>- Indien een G-tube wordt gebruikt is mogelijk het ballonnetje niet goed gevuld</li> </ul> </li> </ul>
Huidirritatie	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Overgevoeligheid voor pleisters of siliconen</li> <li>• Ontsteking of infectie (als de huid rood wordt)</li> <li>• Lekkage van de fistel</li> </ul>

## Mogelijke oplossing

- Ga hygienisch te werk, zie hoofdstuk 'een goede verzorging'
- Gebruik een nieuw toedieningssysteem
- Vertraag de inloopsnelheid of verklein de portiegrootte
- Dien de voeding op kamertemperatuur toe
- Gebruik een sondevoeding met vezels
- Neem contact op met uw arts/apotheker om indien mogelijk de medicatie aan te passen

- Let erop dat u voldoende vocht binnen krijgt, 2 liter vocht (sondevoeding) is een normale hoeveelheid. Gebruikt u minder dan 2 liter sondevoeding, vul dan het tekort aan met water
- Gebruik een sondevoeding met vezels. Als u geen sondevoeding met vezels heeft, overleg met uw arts of diëtist of u sondevoeding kunt krijgen met vezels
- Bevorder regelmatige toiletgang
- Indien mogelijk meer lichaamsbeweging
- Neem contact op met uw arts/apotheker om indien mogelijk de medicatie aan te passen

- Gebruik indien toegestaan een zuurtje, pepermuntje of (suikervrije) kauwgom
- Zorg voor goede mondverzorging o.a. twee maal per dag tanden poetsen

- Vertraag de inloopsnelheid of verklein de portiegrootte of dien de sondevoeding continu toe
- Controleer de ligging van de sonde
- Neem een zittende of half liggende houding aan
- Gebruik eventueel een medicijn tegen misselijkheid
- Neem contact op met uw arts of diëtist voor een ander soort voeding

- Let erop dat u voldoende vocht binnen krijgt, 2 liter vocht (sondevoeding) is een normale hoeveelheid. Gebruikt u minder dan 2 liter sondevoeding, vul dan het tekort aan met water

- De sonde dagelijks een beetje bewegen
- Bij vervangen van de sonde van neusgat wisselen
- Zorg voor goede neushygiëne met vaseline of fysiologische zoutoplossing
- Vervang regelmatig de neuspleister
- Gebruik (dunne) soepele sonde van PUR materiaal
- Controleer de ligging van de sonde

- Neem zo snel mogelijk contact op met huisarts of verpleegkundige
- Zorg dat binnen 4-6 uur een nieuwe gastrostomiesonde wordt geplaatst
- Zorg ervoor dat u altijd een reserve G-tube in huis heeft

### **Ter preventie:**

- Markeer de sonde met een viltstift. U kunt zo direct zien of de sonde verschoven is
- Zorg voor een goede fixatie
- Controleer regelmatig of het ballonnetje goed gevuld is

- Neem direct contact op met uw arts of verpleegkundige
- Leg een ingeknipt gaasje of transparante pleister onder de externe fixatiedisk
- Bescherm de huid met een ingeknipt gaasje

## Sociale en emotionele aspecten

Sommige mensen vinden het moeilijk te accepteren dat zij aangewezen zijn op sondevoeding. Het is goed om dit te bespreken met uw huisarts of een andere vertrouwenspersoon. Sondevoeding hoeft geen belemmering te vormen in uw dagelijkse leven. U zult merken dat het omgaan met sondevoeding en toedieningsmaterialen u steeds makkelijker afgaat.





# Aanvullende **adviezen**

## **Gewoon eten**

Ook al gebruikt u sondevoeding, gewoon eten blijft in sommige gevallen mogelijk. Juist als u sondevoeding 's nachts als bijvoeding gebruikt, kunt u overdag gewoon eten. Overleg de mogelijkheden met uw arts of diëtist.

## **Stoppen met sondevoeding**

Het is te allen tijde belangrijk om voldoende voeding binnen te krijgen. Zijn er problemen rondom de sondevoeding bespreek deze dan eerst met uw arts of zorgverlener. In de meeste gevallen zijn er oplossingen. Stop nooit zelfstandig met sondevoeding. Stem altijd eerst af met uw arts of diëtist of u voldoende voeding binnen kunt krijgen via een normaal dieet.

Als u terug gaat naar een normaal dieet, is het belangrijk om sondevoeding af te bouwen en het normale dieet op te bouwen.

## **Vergoeding**

Nutrison sondevoeding en toedieningsmaterialen komen in aanmerking voor vergoeding.\* Uw arts of diëtist kan u hierover meer informatie geven.

## **Advies & informatie**

Uitgebreide instructiekaarten over de sondes, pomp en toedieningssystemen zijn te verkrijgen via Nutricia Medische Voedingsservice. Voor meer informatie of een persoonlijk advies, raadpleeg de diëtisten van Nutricia Medische Voedingsservice via [www.nutriciamedischevoeding.nl](http://www.nutriciamedischevoeding.nl) of bel gratis 0800 - 0223322 (op werkdagen tussen 08:30 en 17:00 uur).

Voor meer informatie kunt u ook terecht op:  
[www.sondevoedingthuis.nl](http://www.sondevoedingthuis.nl)  
[www.nutriciaflocare.com](http://www.nutriciaflocare.com)

\*Check tevens de polisvoorwaarden van uw zorgverzekering

# Een **verhaal** uit de praktijk

*Femke, 19 jaar*

“Ik ben geboren met een malrotatie in de dunne darm. Dat is iets wat operatief te verhelpen is. Daarbij heb ik ook nog een mobiliteitsstoornis aan mijn maag en darmen. Het komt er eigenlijk op neer dat mijn maag niet werkt en mijn darmen nauwelijks. Daardoor kan ik nauwelijks eten en drinken en word ik gevoed met sondevoeding.

Het slangetje van de sondevoeding zit niet in mijn maag, maar rechtstreeks in mijn dunne darm. Met een deftig woord noemen ze dat een jejunostomie. Tot twee jaar geleden kon ik amper eten en drinken, maar na een ingrijpende operatie kan ik nu wel een klein beetje zelf eten en drinken. Ik vind alles heerlijk, maar het lekkerste vind ik toch wel een stukje van een heerlijke frikadel speciaal, helaas gaat dat vaak niet goed en krijg ik pijn.

Overdag probeer ik gewoon alles te doen. Ik ga een paar uurtjes naar school, omdat ik vaak erg vermoeid ben. Ook ben ik vaak op de manege te vinden, waar mijn paarden staan. De sondevoeding wordt in de avond aangekoppeld en ik krijg mijn voeding over de nacht. Omdat ik een jejunostomie heb moet de sondevoeding er met behulp van een pomp voorzichtig in lopen, anders word ik erg ziek en misselijk. Omdat ik al zowat heel mijn leven sondevoeding heb, ben ik er aan gewend geraakt. Sondevoeding hoort nu eenmaal bij mijn leven”.



## Contactpersonen

### Thuis

huisarts: \_\_\_\_\_

adres: \_\_\_\_\_

tel.: \_\_\_\_\_

mobiel: \_\_\_\_\_

thuisverpleegkundige: \_\_\_\_\_

adres: \_\_\_\_\_

tel.: \_\_\_\_\_

mobiel: \_\_\_\_\_

apotheker: \_\_\_\_\_

adres: \_\_\_\_\_

tel.: \_\_\_\_\_

mobiel: \_\_\_\_\_

facilitair bedrijf: \_\_\_\_\_

adres: \_\_\_\_\_

tel.: \_\_\_\_\_

mobiel: \_\_\_\_\_

### Instelling

adres: \_\_\_\_\_

tel.: \_\_\_\_\_

diëtist: \_\_\_\_\_

tel.: \_\_\_\_\_

arts: \_\_\_\_\_

afdeling: \_\_\_\_\_

tel.: \_\_\_\_\_

Wilt u meer informatie of advies? Neem dan contact op met onze diëtisten van Nutricia Medische Voedingsservice:  
internet: [www.nutriciamedischevoeding.nl](http://www.nutriciamedischevoeding.nl)  
telefoon: 0800-022 33 22 (gratis, op werkdagen van 8.30 tot 17.00 uur)  
e-mail: [medischevoeding@nutricia.com](mailto:medischevoeding@nutricia.com)

Nutricia Nederland B.V.  
Postbus 445, 2700 AK Zoetermeer

