

Att ge och hantera sondmat

Sondmat, även kallad sondnäring, innehåller all energi och näring du behöver. Sondmat är ofta bättre än näring via blodet, eftersom det stimulerar tarmslemhinnan och tarmfloran och bevarar naturliga tarmrörelser precis som vanlig mat.

Sondmat kan ges via en nasogastrisk sond, PEG eller gastroknapp. Du får information och material för att själv kunna ge mat i din sond.

Bra att tänka på

- Tvätta alltid händerna innan du tar i sonden.
- Spola sonden med minst 50 ml vatten före och efter varje matning.
- Byt droppaggregat efter varje matning.
- För att undvika uppstötningar och kräkningar bör huvudet vara upphöjt i minst 30 graders vinkel. Om du ligger ner bör du lägga en rejäl kudde under huvudet.
- Sondmaten bör vara rumstempererad.

Hastighet

För att magen ska vänja sig ska du ge sondmaten i en låg hastighet i början. Sedan kan du trappa upp enligt ett schema.

Om du har haft sondnäring förut kan du börja i samma hastighet som då.

Mängd sondmat och vätska

En dietist ordinerar mängden sondmat till dig baserat på din vikt, längd och hur mycket du rör dig. Ni bestämmer tillsammans vilken sondmat och hur många måltider per dag som passar dig. Om du behöver ändra sort och mängd, prata med din dietist.

Du bör få i dig cirka 1,5–2 liter vätska per dag. Om du inte får i dig tillräckligt genom matningen, bör du tillföra eller dricka extra vätska. Du behöver också tillföra extra vätska om du har fler än tre lösa avföringar per dygn.

Ta medicin genom sonden

Du får veta vilka mediciner du ska ta genom sonden. Innan du tar tabletter i sonden måste de krossas noga och spädas med vatten. Det finns tabletkrossare på apotek, men du kan också använda en mortel. Vissa mycket trögflytande läkemedel måste späs ut.

Om det går trögt att ge mat i sonden

Om det går trögt att ge mat kan det ha blivit beläggningar i sonden. De kan lösas upp om du spolat in vichyvatten i stället för vanligt vatten efter matningen. Hjälper inte detta kan du spruta in 5 ml ananasjuice och låta detta stå i slangen i 1–2 timmar. Spola sedan med 50 ml kranvatten.

Om du har en gastroknapp kan du ta ut den och rengöra den i ljummet vatten.

Förvara sondmat

Du får veta hur du ska förvara sondmaten. Vissa sorter kan förvaras i rumstemperatur, andra ska stå kylt.

3. BEHANDLING

Sond

Beställa sondmat

Du får ett elektroniskt recept på sondmaten. Sondmaten beställer du via 1177 Vårdguiden (Övriga tjänster–Hjälpmedel) eller via beställningscentralen i din region. Du kan få den levererad hem eller till ett utlämningsställe.

Prata med din kontaktsjuksköterska eller dietist för mer information.

Äta vanlig mat

Om du kan äta vanlig mat går det bra. Du får veta om det finns mat eller vätska du ska undvika. Om du har svårt att svälja eller inte kan svälja alls är det viktigt att du får träffa logoped som kan bedöma din sväljningsförmåga och ge råd kring hur du kan fortsätta äta via munnen.

Du ska inte ta vanlig mat genom sonden, eftersom det kan bli stopp. Kaffe, te, buljong eller annan dryck utan klumpar i går bra.