

Matsmältnings- och munbesvär vid sondmatning

Vid sondmatning kan du få besvär med matsmältningen, som diarré, förstoppning, illamående och ont i magen. Eftersom du inte längre äter mat genom munnen minskar även salivproduktionen. Det ökar risken för besvär i munnen.

Besvär med matsmältningen

Ofta beror besvären på att du ger sondmaten för snabbt eller att den är för kall eller varm.

Råd:

- Ge sondmaten långsammare eller vid fler tillfällen:
 - Sänk hastigheten som du ger maten i.
 - Testa att använda en sondpump för att ge maten i ett jämnare flöde under hela dagen eller natten, eller
 - Fördela mängden sondmat på flera måltider under dagen.
- Ändra temperaturen på maten. Den bör vara rumstempererad. Om du behöver värma sondmaten, gör det i ett vattenbad, inte i mikrovågsugn.
- Om du har ont i magen för att du är förstoppad, kan du behöva ta laxerande medicin.
- Om du har diarré kan du testa att ta probiotika. Det kan hjälpa tarmen att återställa bakteriefloran. Fråga på apotek efter ett alternativ som passar dig.

Om besvären ändå inte går över, kan du behöva byta sondmat. Prata med en dietist.

Besvär i munnen

När du inte kan äta eller dricka normalt minskar salivproduktionen. Det gör att slemhinnorna i munnen och svalget kan bli sköra, vilket ökar risken för karies och svamp. Därför är det extra viktigt med god munhygien.

- Borsta tänderna och tungan med en mjuk tandborste flera gånger om dagen.
- Skölj munnen ofta med vatten.
- Använd salivstimulerande preparat som finns receptfritt på apotek.
- Om du har en tandprotes, ta ut den minst 2 gånger om dagen för rengöring. Undvik att ha protesen på natten.

När ska jag kontakta vården?

- Om du plötsligt börjar hosta när du ger dig sondmat.
- Om det är stopp i sonden eller du har svårt att spruta sondmat genom den.
- Om sonden har lossnat, glidit ut eller ändrat läge.
- Om du har problem som du tror hör ihop med sondmatningen, till exempel illamående.
- Om slemhinnorna i munnen blir röda eller irriterade.