

## Sondevoeding thuis

Als gevolg van uw ziekte kunt u zelf niet of onvoldoende kunt eten. Met uw behandelend arts en diëtist is besloten om thuis sondevoeding te starten of voort te zetten. In deze folder leest u meer informatie over sondevoeding thuis.

### Wat is sondevoeding

Sondevoeding is vloeibare voeding die via een slangetje (sonde) in de maag of de dunne darm komt. Het bevat alle voedingsstoffen die u nodig heeft zoals eiwitten, vetten, koolhydraten, vitamines en mineralen. Sondevoeding kan de normale voeding geheel vervangen, maar kan ook een aanvulling zijn op wat u eet. Uw behandelend arts of diëtist bekijkt welke voeding voor u het meest geschikt is. Omdat sondevoeding direct in de maag of dunne darm komt, ruikt en proeft u de sondevoeding niet. Alleen bij opboeren kunt u de voeding proeven en/of ruiken.

### Soorten sondevoeding

Er zijn verschillende soorten sondevoedingen. Uw behandelend diëtist regelt de sondevoeding die het beste bij uw lichaamsbehoefte past. Aan de hand van welke indicatie de sondevoeding gegeven wordt, kan er gegeten en gedronken worden. Hierover beslist uw behandelend arts.

### Toedieningsvormen

Sondevoeding kan op verschillende manieren worden toegediend: in porties (portietoediening) of via een voedingspomp (continue toediening).

Welke manier voor u het beste is, wordt bepaald door uw behandelend arts en/of diëtist.

#### Portietoediening

Bij deze manier van toedienen dient u sondevoeding toe via een spuit. Dit kunt u doen door met een 50 cc spuit sondevoeding op te trekken. U koppelt de spuit aan het verbindingstuk en u draait het kraantje zo

dat de spuit in verbinding is met de sonde. Nu kunt u de spuit langzaam leegdrukken. Het is belangrijk om voldoende tijd te nemen voor deze handeling. Wanneer u de voeding te snel toedient, kunt u last krijgen van maagkrampen en diarree. Neem per portie vijf minuten de tijd om deze per spuit toe te dienen. Afhankelijk van de grootte van de portie herhaalt u deze stappen tot de volledige portie is toegediend.

#### Continu met behulp van voedingspomp

Deze manier van toedienen gebeurt met een voedingspomp. De diëtist en tranferverpleegkundige vragen de pomp en sondevoeding aan. Een facilitair bedrijf (Sorgente of MediqTefa) leveren de sondevoeding en toebehoren. U kunt bij dit bedrijf terecht met de volgende vragen:

- Instructie over de werkwijze van de sondevoedingspomp.
- Nabestelling van sondevoeding en materialen.
- Problemen met sondevoedingspomp.
- Ophalen van de sondevoedingspomp en materialen wanneer u deze niet meer gebruikt.

Mediq Tefa is 24 uur per dag bereikbaar op telefoonnummer 030 282 12 24 of via de website [mediqtefa.nl](http://mediqtefa.nl).

#### Almelo

Zilvermeeuw 1  
Postbus 7600  
7600 SZ Almelo

#### Hengelo

Geerdinksweg 141  
Postbus 546  
7550 AM Hengelo

 [facebook.com/ZGTinfo](https://facebook.com/ZGTinfo)

 [twitter.com/ZGT\\_info](https://twitter.com/ZGT_info)

 [linkedin.com/company/zgt](https://linkedin.com/company/zgt)

 [youtube.com/user/ZGTinfo](https://youtube.com/user/ZGTinfo)

 [zgt.nl](mailto:zgt.nl) - [zgt.nl/mijnzgt](http://zgt.nl/mijnzgt)

Sorgente is bereikbaar op telefoonnummer 030 634 62 69 tussen 08.30 - 17.00 uur of via de website [sorgente.nl](http://sorgente.nl).

Controleer bij elke toediening van voeding of de sonde nog goed zit. Dit kunt u doen door:

- Te kijken of het markeringspunt nog op de juiste plek zit. Dit is het streepje, dat de inbrenger van de sonde met watervaste stift heeft aangebracht op de plaats waar de sonde uit de neus komt.
- Te controleren of de pleister goed zit.
- Eventueel de pH-meting. Deze zal worden uitgevoerd door de thuiszorg.

Begin alleen met het toedienen van voeding als de sonde op de juiste positie is bevestigd.

### Thuiszorg

De thuiszorg wordt voor u ingeschakeld. De verpleegkundige van de thuiszorg kan u helpen bij het toedienen van de sondevoeding, verzorgen van de sonde of problemen met de sonde. Bij vragen over de sonde, de katheter of de pomp dient u telefonisch contact op te nemen met de thuiszorg.

Uw thuiszorgorganisatie is:

Telefoonnummer:

### Hygiëne

Bij het toedienen van sondevoeding en het verzorgen van een sonde is het belangrijk om zo hygiënisch mogelijk te werken. Hygiënisch werken maakt de kans op complicaties, zoals diarree, zo klein mogelijk.

Voor de hygiëne met betrekking tot de sonde en sondevoeding is het belangrijk om een aantal regels in acht te nemen:

- Was altijd uw handen voordat u begint met het verzorgen van de maagsonde of met het toedienen van sondevoeding.
- Zorg er voor dat u op een schone plek kunt werken, bijvoorbeeld een tafel of een aanrecht.
- Let op de uiterste houdbaarheidsdatum van de sondevoeding.
- Wissel een pack sondevoeding nadat deze maximaal 24 uur heeft aangehangen, ook al is het pack nog niet leeg.
- Wissel minstens één keer per 24 uur het sondevoedingssysteem, het toedieningskraantje en het afsluitdopje.
- Spoel de sonde minimaal vier tot zes keer per dag door met 20-40 ml kraanwater, bij voorkeur lauwwarm van temperatuur.
- Spuit de sonde bij portietoediening voor en na het toedienen van voeding en of medicatie door met 20-40 ml lauw warm water.

### Medicijnen

Als u medicijnen gebruikt en deze ook door de sonde gegeven moeten worden, let er dan goed op dat u deze fijn maakt en goed oplost in water. Spoel de sonde voor en na het geven van de medicijnen goed door met lauw warm water.

### Houdbaarheid van de sondevoeding

- De sondevoeding is ongeopend op kamertemperatuur houdbaar tot de houdbaarheidsdatum op de verpakking.
- Geopend buiten de koelkast (op kamertemperatuur) is de sondevoeding maximaal acht uur houdbaar.
- Geopend maar in de koelkast bewaard is de sondevoeding 24 uur houdbaar.

## Wat te doen bij

In deze alinea vindt u informatie over wat u kunt doen bij een verstopte voedingssonde, obstipatie, diarree, misselijkheid en braken en het uitvallen van de neusmaagsonde.

### *Een verstopte voedingssonde*

Mocht het zijn dat ondanks het dagelijks doorspoelen van de voedingssonde deze verstopt is of moeilijk doorgankelijk is, kunt u het volgende proberen:

- Neem een spuit van 10 cc en spuit met lichte druk lauwwarm water door de voedingssonde, herhaal dit zo nodig nog een keer.
- Gebruik **nooit** koolzuurhoudend bronwater of frisdranken.
- Als u de verstopping kunt zien, kan u proberen om de voedingssonde op die plek zachtjes te kneden. Als de verstopping dan los komt kunt u het doorspuiten met lauwwarm water.

### *Obstipatie*

Obstipatie betekent dat u langer dan drie dagen geen ontlasting heeft gehad, tenzij dit uw normale ontlastingspatroon is. Mogelijke oorzaken van obstipatie kunnen zijn:

- Sondevoeding met te weinig vezels
- Te weinig vochtinname
- Te weinig beweging
- Medicijn gebruik

Indien er sprake is van obstipatie en dit afwijkend is van uw normale ontlastingspatroon neem dan contact op met uw behandelend diëtist of (huis)arts.

### *Diarree*

Mogelijke oorzaken van diarree kunnen zijn:

- Te hoge toedieningssnelheid
- Te grote porties

- Te koude voeding
- Onhygiënisch bereiden en/of toedienen van de sondevoeding

Belangrijk bij diarree is dat u voldoende vocht en zout binnen krijgt. Het water kunt u door de voedingssonde geven of als dat mag drinken. Indien de diarree langer dan drie dagen aanhoudt, neem dan contact op met uw (huis)arts of als u sinds korte tijd veranderd bent met uw sondevoeding met uw behandelend diëtist.

### *Misselijkheid en braken*

Het kan voorkomen, wanneer u afwijkt van uw normale voedingsschema, dat er misselijkheid en braken optreedt. Andere oorzaken kunnen zijn:

- Te koude voeding
- Verkeerde positie van de voedingssonde

Als u veranderd bent met uw voedingsschema, neem dan contact op met uw behandelend diëtist. Zo niet, neem dan contact op met uw (huis)arts.

### *Het uitvallen van de neusmaagsonde*

Het kan voorkomen dat de neusmaagsonde niet goed ligt of uitgevallen is. Neem dan contact op met:

- De thuiszorg of wijkverpleegkundige, als u bekend bij hen bent
- (Huis)arts
- Behandelend diëtist

Indien de PEG katheter of jejunostomie om welke reden dan ook er uit is, moet u direct contact opnemen met uw huisarts of wijkverpleegkundige of contactpersoon in het ziekenhuis.

**Welke sondevoeding:****Hoeveelheid sondevoeding:****Toedieningswijze van de sondevoeding:**

- Per bolus: .....x.....ml per dag  
Tijden:.....  
Totaal per dag.....ml
- Continue: .....ml per uur van  
.....tot.....uur  
Totaal per dag: .....ml

**Opbouw en/of afbouw schema:**

Dag 1 \_\_\_\_\_  
Dag 2 \_\_\_\_\_  
Dag 3 \_\_\_\_\_  
Dag 4 \_\_\_\_\_

**Wegen**

Om te weten of u voldoende voeding krijgt, is het gewichtsverloop belangrijk. Weeg u, indien mogelijk, één keer per week. Het liefst steeds op hetzelfde moment van de dag. Neem contact op met uw diëtist bij ongewenste gewichtsverandering.

**Diëtist**

De diëtist adviseert u over de toedieningswijze en over de hoeveelheid en soort sondevoeding.

Neem contact op met uw diëtist als er veranderingen of klachten zijn rondom de sondevoeding.

De contactgegevens van afdeling diëtetiek van ZGT zijn:

- Telefoonnummer 088 708 32 20, bereikbaar op werkdagen van 08.30 - 10.00 uur en van 13.30 - 14.30 uur.
- E-mailadres: [dietisten@zgt.nl](mailto:dietisten@zgt.nl)

Het kan ook zijn dat u begeleiding krijgt van een vrijgevestigde diëtist of diëtist werkzaam bij een thuiszorginstelling. Neemt u dan contact op met hem of haar.