

Ensure<sup>®</sup>  
PLUS  
ADVANCE  
RTH

# JAK PEČOVAT O PEG/PEJ



 **Abbott**  
*life. to the fullest.®*

# JAK PEČOVAT O PEG/PEJ- OBSAH

## KAPITOLY:

### CO JE TO PEG/PEJ A PRO KOHO JE URČEN

- Pro koho je PEG/PEJ určen

### JAK PEČOVAT O SVŮJ PEG

- Prvních 10-14 dní
- Od 10.-14. dne po zákroku
- Ošetřování a dezinfekce

### PODÁVÁNÍ VÝŽIVY

- Jaká je vhodná výživa
- Částečná vs. Plná enterální výživa
- Způsoby podávání výživy
  - Kontinuální neboli nepřetržitě podávání
  - Bolusové dávkování/ po jednotlivých dávkách
  - Dodržení pitného režimu při podávání výživy
- Návod na podávání výživy
  - Příprava
  - Bolusové podání
  - Kontinuální podávání
- Podávání léků

### ČASTO KLADENÉ OTÁZKY

Edukační brožurka, kterou nyní držíte je praktickým rádcem, který Vám pomůže s podáváním výživy a péčí o PEG/PEJ. Naším cílem je pomáhat lidem žít co nejkvalitnější život, kterého základem je pevně zdraví. V této brožurce najdete potřebné rady a doporučení, které pomohou pozitivně ovlivnit Váš život s PEG/PEJ. Pokud budete mít jakékoliv dotazy či nejasnosti, neváhejte se vždy obrátit na svého ošetřujícího lékaře či nutriční ambulanci.

#### INFORMAČNÍ ÚDAJE A KONTAKTY

Ošetřující lékař: \_\_\_\_\_

Nutriční ambulance: \_\_\_\_\_

Pracoviště: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_

Datum zavedení PEG/PEJ: \_\_\_\_\_

Předepsaná výživa (značka a typ): \_\_\_\_\_

### CO JE TO PEG/PEJ A PRO KOHO JE URČEN

PEG neboli perkutánní endoskopická gastrostomie je endoskopicky zavedená sonda pro podávání výživy do žaludku. Sonda ústí na jedné straně na kůži, na druhé do žaludku a umožňuje tak přímé podávání výživy.

Existují různé typy PEG, které se liší tím je-li zaveden pevný disk, balónek či výživový knoflík. Základní péče o různé typy PEGů se příliš neliší.

PEJ neboli perkutánní endoskopická jejunostomie je podobná PEG, rozdíl spočívá v tom, že ústí sondy pro podávání výživy ústí do jejunu (první kličky tenkého střeva) místo do žaludku. Zavedení PEJ se provádí v případě, že není možné podávat výživu do žaludku. V případě PEJ je třeba vyšších nároků na hygienickou péči a liší se i nároky na specifickou výživu a způsob jejího podání.

#### Pro koho je PEG/PEJ určen?

PEG/PEJ je určen pro pacienty, kteří nemohou přijímat stravu perorálně neboli ústy nebo ji přijímají pouze v omezeném objemu, a to zejména po delší dobu. Obvykle slouží na dobu delší než 6 týdnů pro hospitalizované pacienty ale i pacienty v domácí péči. V případě nemožnosti přijímání výživy a tekutin nebo komplikací při příjmu PEG/PEJ zajišťuje dostatečný přísun všech potřebných živin a tekutin. Pokud je možné i jen částečně přijímat stravu a tekutiny ústy, je vhodné v tom pokračovat. Podání umělé výživy do PEG/PEJ pak slouží k doplnění denního příjmu do potřebné výše.

## JAK PEČOVAT O SVŮJ PEG

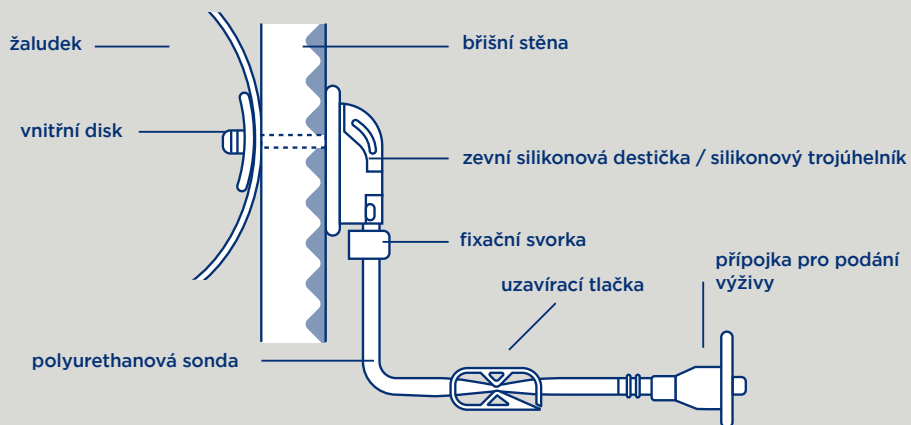
Péče o PEG se liší v prvních 10-14 dnech po zavedení a po této době, kvůli riziku potenciální infekce čerstvého vpichu.

**Před manipulací si vždy pečlivě umyjte ruce!**

### Péče v prvních 10-14 dnech

Během prvních 2 týdnů ošetřujte PEG/PEJ každý den. Místo vpichu je rizikové pro vznik a prostup infekce a je tedy velmi důležité dodržovat hygienická pravidla. Věnujte pozornost všem změnám, které mohou v místě vpichu nastat např. zarudnutí, hnis, vytékání výživy apod.

- Každý den dezinfikujte místo vpichu a obě strany zevní destičky
- Zevní destičku podložte sterilním čtvercem, ten vyměňujte dle potřeby, nejdéle však při dalším dezinfikování
- Od 4. dne je doporučeno jemné pootáčení sondou  
Hadičku PEGu jemně uchopte a lehkým volným pohybem jí pootočte min. jednou o 360°
- Od 7. dne je doporučeno provádět tzv. zanořování (neprovádí se u PEJ)  
Hadičku PEGu zanořte o 2-3 cm a pomalu s ní otočte o 360°. Úkon provádějte pouze jemným tlakem a tahem, aby nedošlo k poškození nebo narušení umístění PEGu. Zanořování a otáčení je důležité pro udržení správného stavu kanálku a prevenci vrůstu vnitřního disku do sliznice.
- Sondy je doporučeno pravidelně proplachovat, pokud se nepoužívá, tak alespoň 1x denně



Pozn. V případě balonkového PEGu je na místo vnitřního disku zaveden balónek naplněný fyziologickým roztokem.

### Od 10. - 14. dne po zákroku

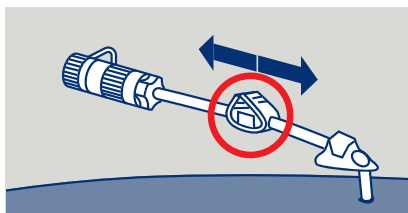
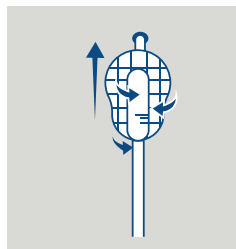
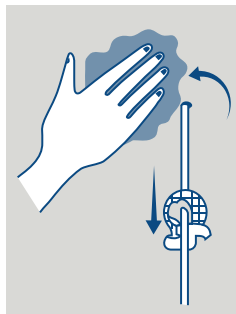
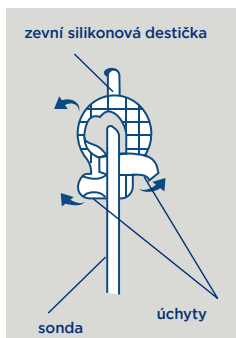
Po 10-14 dnech můžete PEG ošetřovat pouze 1x denně. Kolem setu a místa zavedení se vytváří vazivový kanálek a snižuje se tak riziko přímého vzniku infekce. Je-li kanálek takto zahojen není již nutné podkládat zevní destičku sterilním čtvercem. Pokud kanálek není zahojen a objevují se komplikace jako např. zánět či hnis, poraďte se se svým lékařem. Po nějaké době může katetr změnit barvu do žluta popř. do hněda, tato změna není závažná.

- **1x denně kontrolujte stav sondy:** provedte základní kontrolu stavu sondy. Jsou na sondě viditelné nějaké změny? Prosakování, trhliny? Ihned kontaktujte svého lékaře.
- **Zanořování a otáčení 1x denně po dobu 6 týdnů (neprovádí se u PEJ):** Jednou denně je třeba provádět zanořování a otáčení. Hadičku PEGu zanořte o 2-3 cm a pomalu s ní otáčejte o 360°. Úkon provádějte pouze jemným tlakem a tahem, aby nedošlo k poškození nebo narušení umístění PEGu. Zanořování a otáčení je důležité pro udržení správného stavu kanálku a prevenci vrůstu vnitřního disku do sliznice. Po 6 týdnech je možné provádět zanořování a otáčení jen 2x týdně.

**! POKUD JDE OTÁČENÍ A ZANOŘOVÁNÍ ZTĚŽKA POPŘ. VŮBEC, VYHLEDEJTE POMOC NA PRACOVIŠTI, KDE BYLA SONDA ZAVEDENA. !**

## Ošetřování a dezinfekce

1. Vždy, před každou manipulací s PEG/PEJ si pečlivě umyjte ruce.
2. Jemně zatáhněte za sondu a ujistěte se, že se nepovytahuje z místa vpichu.
3. Při rovnoměrném jemném tahu za sondu uvolněte fixační svorku a úchytky zevní silikonové destičky, které sondu fixují.
4. Destičku posuňte ve směru od břišní stěny cca o 5 cm.
5. Pečlivě očistěte obě strany destičky, místo vpichu a jeho okolí.
6. Zkontrolujte, zda okolí vpichu není bolestivé, zarudnuté nebo zda se v okolí vpichu nevyskytují zbytky výživy či žaludečních šťáv. V případě balonkového typu PEG zkontrolujte, že obsah fyziologického roztoku odpovídá obsahu při zavedení. Do vstupu pro balonek připojte stříkačku, nasajte roztok, zkontrolujte jeho objem a vstříkněte zpět. Pokud je fyziologického roztoku méně než při zavedení, je možné doplnit obsah převařenou vodou. V případě opakovaného úbytku kontaktujte svého lékaře.
7. Omyjte, v prvních dnech či při komplikacích i vydezinfikujte, místo vpichu a obě strany destičky.
8. Jemným stálým tahem posuňte silikonovou destičku zpět na původní místo k břišní stěně. Silikonovou destičku zafixujte svorkou.
9. Jemně několikrát zatáhněte za sondu a ujistěte se, že se nepovytahuje z místa vpichu a destička dosedá na kůži. (Destička by neměla na kůži příliš tlačít ale ani nebyt volná).
10. Místo vpichu můžete překrýt prodyšným obvazem a volný konec sondy zafixovat náplastí ke kůži. Jednou za několik dní je též vhodné posunout polohu tlačky, aby nedošlo k poškození katetru.



**! KONTROLU FIXACE DESTIČKY NA BŘIŠNÍ STĚNĚ PROVÁDĚJTE PRŮBĚŽNĚ BĚHEM DNE. NADMUŽÍM NEBO SLEHNUTÍM BŘICHA SE MŮŽE SPONA UVOLNIT NEBO ZAČÍT NA KŮŽI PŘÍLIŠ TLAČÍT. !**

**POZOR!** Pro dezinfekci nesmí být použity přípravky na bázi POLYVIDON-JÓDU (PVP-I, např. Betadine, Braunol, Jodisol, Braunovidon) a Octenidín DiHydroChlorid-FenoxyEtanolu (např. Octanosept). Tyto typy dezinfekcí mohou negativně ovlivňovat fyzikálně-mechanické vlastnosti sondy!

Obecně vhodné přípravky k dezinfekci jsou např. Septoderm, Skinsept, Prontosan, Dodesept.

## PODÁVÁNÍ VÝŽIVY

### Jaká je vhodná výživa?

Běžnou praxí při podávání výživy do PEGu je podávání klinické enterální výživy, která je v tekuté formě balená v lahvích či vacích. Tato výživa povětšinou obsahuje kompletní, vyvážené množství všech potřebných živin a energie, tak aby byla schopna nahradit plnohodnotnou stravu. Výběr vhodné enterální výživy na základě individuálních potřeb pacienta provádí vždy lékař či nutriční terapeut.

**! DO PEGU NENÍ VHODNÉ PODÁVAT BĚŽNOU STRAVU I NAPŘ. V MIXOVANÉ PODOBĚ, MINERÁLKY, OVOCNÉ ŠŤÁVY, LIMONÁDY NEBO ALKOHOL. !**



Běžná strava v mixované podobě se musí ředit díky čemuž není možné přesně určit kalorickou hodnotu podaného množství. Nemusí tak zajistit plnohodnotnou náhradu všech živin, které jsou pro pacienta potřebné. Dalším rizikem podávání mixované stravy je kontaminace vnějším prostředím. Její příprava vyžaduje velmi vysoké nároky na hygienu. Neposlední komplikací pak může být sražení stravy či ucpaní a poškození sondy.

Klinická enterální výživa je určena přímo pro účely jako je podávání do PEGu a proto je bezpečná a vhodnější než běžná strava pro takové podávání.

**i Zajímavost**

Na obrázku můžete vidět běžný oběd ve formě mixované stravy (válec vlevo), který pokrývá stejný kalorický příjem jako enterální výživa v pravém válci. Jak je z obrázku patrné pro stejný kalorický příjem je zapotřebí mnohonásobně větší množství mixované stravy než enterální výživy.

### Částečná vs. plná enterální výživa

Enterální výživa může být podávána jako doplněk pro naplnění potřebných nutričních cílů pacienta, v případě nemožnosti naplnění těchto cílů pouze perorálním příjmem, v takovém případě hovoříme o tzv. Částečné enterální výživě. V případě, že jde o pacienta, který není schopen přijímat potřebné množství výživy perorálně je možné užití plné enterální výživy, která pokryje 100 % denních nutričních nároků.

## Způsoby podávání výživy

Způsob podávání a dávkování výživy určuje vždy lékař na základě Vašich individuálních potřeb a zdravotního stavu.

### Kontinuální neboli nepřetržitě podávání

Pro kontinuální podávání se nejčastěji používá výživová pumpa, která umožňuje nastavení objemu podané výživy, a především času podávání během dne nebo noci. Druhým způsobem, jak docílit kontinuálního podávání je použití tzv. gravitačního setu, který je v podstatě systémem, skrze který výživa samospádem prokapává.



### Bolusové dávkování/ Po jednotlivých dávkách

Tento způsob podávání představuje podání výživy několika dávkami v průběhu dne. Nejčastěji ve 2 - 3 hodinových intervalech pomocí větší 60 ml stříkačky. Tento způsob není vhodný pro podávání výživy do PEJ, pro tenké střevo je přirozený konstantní přísun výživy.

**! POSTUP PODÁVÁNÍ VÝŽIVY (KONTINUÁLNĚ/ BOLUSOVĚ) SAMI OD SEBE NEMĚŇTE, VŽDY TENTO POSTUP KONZULTUJTE SE SVÝM LÉKAŘEM !**

### Dodržení pitného režimu při podávání výživy

Klinická enterální výživa obvykle obsahuje ve svém složení i volnou vodu. Tento obsah vody však nemusí zajistit dostatečný potřebný přísun tekutin. Do PEG či PEJ je pro takový příklad dobré podávat další tekutiny. Obsah takto dodatečných tekutin by Vám měl sdělit Váš lékař. Do PEGu se doporučuje podávat převařenou vodu kvůli tvrdosti, do PEJ pak pouze vodu sterilní.

## Návod na podávání výživy

### Příprava

1. Pečlivě si umyjte a osušte ruce.
2. Očistěte, popř. vydesinfikujte plochu, na kterou si rozložíte vše potřebné k podání.
3. Připravte si veškeré pomůcky k podání výživy. Vždy je ukládejte na suché, čisté místo.
4. Připravte si enterální výživu k podání, měla by mít pokojovou teplotu. Výživu uchovávejte vždy dle pokynů uvedených na obale.

### Bolusové podání

1. Zaujměte správnou polohu pro podání výživy. Při podávání výživy zaujměte polohu v polosedě/ v sedě. V této poloze je třeba setrvat při podávání a alespoň 30minut poté. V tomto časovém rozmezí si nelehejte. Zajistíte tím lepšího průchodu výživy žaludkem. Zároveň se tím snižuje riziko, že by se výživa dostala do horních dýchacích cest.
2. **Kontrola žaludečního obsahu.**  
V prvních dnech nebo při problémech s trávením je třeba před podáním výživy se ujistit, že podstatná část předchozí podané dávky již opustila žaludek. Před každou novou dávkou tedy pomocí stříkačky odsajte žaludeční obsah. Pokud je v odsátém obsahu přítomna předešlá dávka, odložte podání dávky (nebo popř. podejte dávku sníženou o odsátý objem).
3. **Proplach PEGu.**  
Po podání každé dávky výživy propláchněte sondu pomocí stříkačky 20 - 40ml vody (lepší je převařená voda kvůli tvrdosti a stravitelnosti).
4. **Uzavření PEGu**  
Po podání výživy PEG uzavřete, aby se obsah žaludku nedostal ven.

Pokud Vás trápí některá z komplikací níže, kontaktujte svého lékaře:

- Opakované odsávání předchozí dávky ze žaludku
- Pocit plného žaludku či vzdušného nadbříšku
- Ze setu po otevření vytéká žaludeční obsah



### Kontinuální podávání výživy

Ke kontinuálnímu užití se nejčastěji užívá výživová pumpa.

1. S pumpou vždy zacházejte přímo dle manuálu pro zacházení s pumpou.
2. Láhev či vak napojte na set k podávání.
3. Set uzavřete do pumpy a naplňte jej dle návodu k pumpě.
4. Zvolte rychlost podávání, která Vám byla určena lékařem. Špatně zvolené dávkování může způsobit horší toleranci výživy a vést např. k nevolnosti, zvracení či průjmům.

## Podávání léků

Podávání jakýchkoliv léků vždy konzultujte se svým lékařem.

Při podávání léků do PEG se pokuste upřednostnit léky ve formě kapek či sirupů popř. rozpustné formy. V případě, že je lék, který potřebujete podat, ve formě tablety je třeba je pečlivě rozdrtit na prášek tak, aby se eliminovalo riziko ucpání sondy. Nejlepší je užití hmoždíře (třecí misky s tyčinkou). Nedostatečné je rozdrčení lžící či např. čepelí nože. Tabletka musí být rozdrčena zcela na prášek bez větších viditelných kousků. (Rozdrčení nebo rozpuštění tabletek může mít vliv na jejich účinnost, konzultujte tento postup se svým lékařem).

Rozdrčenou tabletku na prášek nebo vysypaný prášek z kapsle rozpusťte v malém množství převařené vody. Tuto směs nasajte do stříkačky a podejte do sondy. Po podání léků propláchněte sondu převařenou vodou. Léky by se neměly setkat s výživou, jinými léky či jinými látkami, aby nedošlo ke sražení či změně vlastností léků.

Do PEJ se léky podávají jen výjimečně při zachování maximálních sterilních podmínek a dle pokynů lékaře.

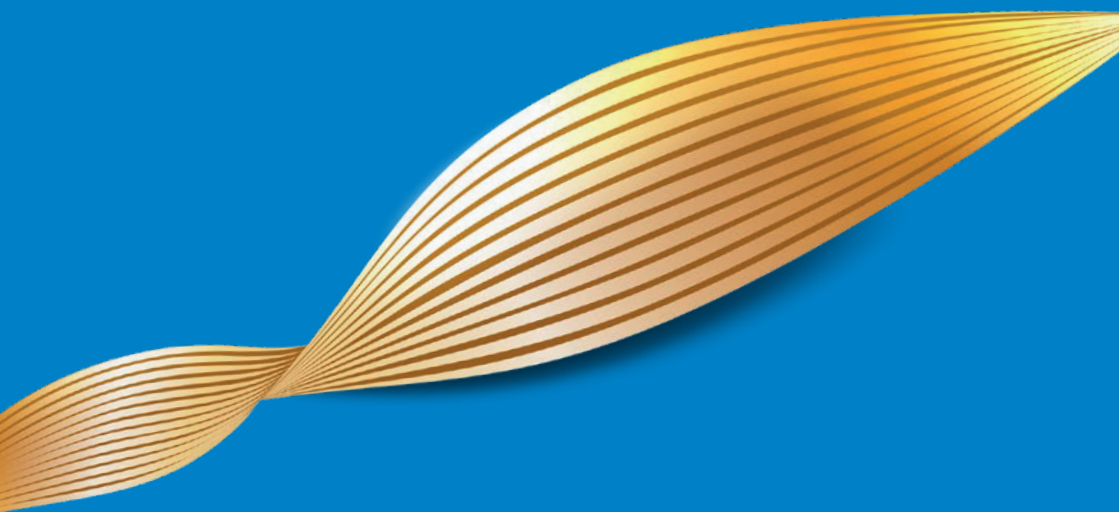


## ČASTO KLADENÉ OTÁZKY

- 1. Mohu se se sondou sprchovat nebo koupat?**  
Během prvních 10-14 dnů kdy se vstup hojí je doporučeno pouze se sprchovat. Pokud je vstup a jeho okolí zahojené, bez známek zarudnutí či zánětu, můžete se i koupat, popř. jít i do bazénu. Vždy se ujistěte, že je set uzavřen. Po koupání povrch sondy, kůži a okolí vstupu pečlivě osušte.
- 2. Mám si čistit zuby, když nepřijímám potravu ústy?**  
Čištění zubů je velmi důležité z hygienických důvodů i v případě, že nepřijímáte ústy potravu. Důležité je starat se o čistotu celé ústní dutiny včetně dásní.
- 3. Mohu si výživu podávanou do sondy ohřívát?**  
Výživa by při podání měla mít pokojovou teplotu. Pokud byste výživu ohříváli na vyšší teploty, můžete změnit její vlastnosti. Při podávání příliš teplé nebo naopak studené výživy může dojít ke komplikacím při trávení.
- 4. Mohu se sondou cestovat?**  
Cestování se sondou může být pro někoho náročnější, každopádně možné je. V prvním kroku je nutné poradit se s lékařem a zeptat se ho, zda to Váš zdravotní stav umožňuje. Pokud ano, lékař by Vám měl vystavit stručnou lékařskou zprávu (ideálně v angličtině pro případ komunikace v zahraničí), tu budete potřebovat i na letišti při bezpečnostní kontrole. Informujte se u svého lékaře, lékárníka či výrobce výživy, kterou užíváte, zda je tato výživa dostupná v lokalitě, kam cestujete. V neposlední řadě se ujistěte, že máte na cestu dostatečnou zásobu výživy a pomůcek pro ošetřování PEGu.

**!** Vždy se poradte se svými lékaři o možném postupu a tom co je pro Vás vhodné. Před opuštěním nemocnice se naučte jak s PEGem zacházet, jak o něj pečovat a podávat výživu. **!**  
Nebojte se svého lékaře či sestry zeptat na jakékoliv doplňující dotazy. V případě jakýchkoliv komplikací či nejasností se vždy obraťte na svého lékaře!

**Ensure**<sup>®</sup>  
PLUS  
ADVANCE  
RTH



Ensure<sup>®</sup> Plus Advance je potravina pro zvláštní lékařské účely.

**Důležité upozornění:** Tento produkt je vhodný jako jediný nebo doplňkový zdroj výživy. Je určen k použití pod lékařským dohledem. Používejte na základě doporučení lékaře nebo osoby kvalifikované v oblasti lidské výživy, farmacie nebo odborníka na péči o matku a dítě. Není určeno pro děti, pokud použití nedoporučil lékař nebo jiný kvalifikovaný zdravotnický pracovník. Neužívat při galaktosémii. Není určeno k parenterálnímu použití. Bez lepku.

Materiál je určen pro laickou veřejnost.

Datum přípravy materiálu: únor 2021

[www.nutrition.abbott/cz](http://www.nutrition.abbott/cz)

Abbott Laboratories, s.r.o.,

Evropská 2591/33D, Praha 6, 160 00

CZ-N/A-2100006

 **Abbott**

*life. to the fullest.*<sup>®</sup>