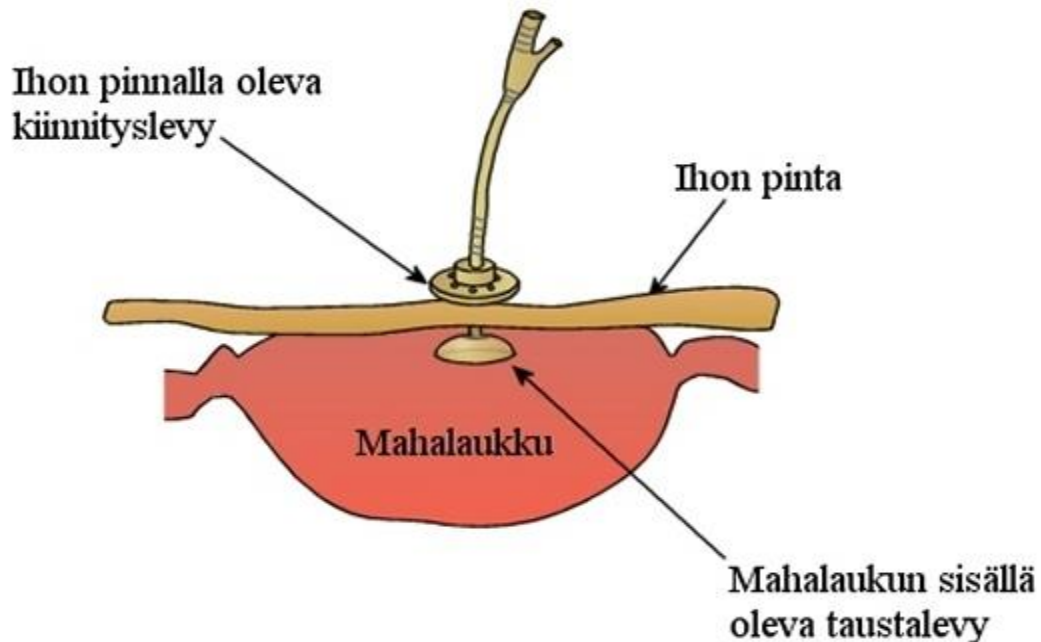


# Tähystyksellä asennettava PEG-letku

## Yleistä

Monipuolinen ruoka ja hyvä ravitsemustila edistävät terveyttä. Kun ihminen syystä tai toisesta ei pysty syömään riittävästi, tarvitaan letkuruokintaa. Tällöin käytetään yleensä nenämahaletkua.

Mahalaukuavanne eli gastrostoma on vaihtoehto pitkäaikaiselle nenämahaletkun käytölle. Ihon läpi tapahtuvassa (perkutaanisessa) mahalaukuavanteen laitossa PEG-letku asennetaan vatsanpeitteiden läpi mahalaukun tähystyksen (gastroskopian) yhteydessä. PEG-lyhenne tulee sanoista perkutaaninen endoskooppinen gastrostomia.



PEG-avanne voi olla käytössä vuosia, jolloin potilaalle määräajoin vaihdetaan uusi letku. PEG-letku on yleisimmin silikonista valmistettu letku tai nappi. PEG-letkussa on taustalevy tai vesipallo, joka estää letkun liukumisen pois mahalaukusta.

Iholla oleva kiinnityslevy estää letkun liikkumisen avanteessa. Ensimmäisten vuorokausien aikana letkun kiinnityksen pitää olla napakka. HUOM! Tämän jälkeen kiinnityslevyä nostetaan lääkärin ohjeen mukaisesti, niin että letku liikkuu noin 0,5–1 cm ylös-alas-suunnassa.

## Ruokailu

PEG-letkun kautta annetaan teollisia letkuvalmisteita sekä erilaisia nesteitä. Teollisten valmisteiden koostumus kattaa parhaiten ravinnon tarpeen.

Ravintovalmisteesta ja sen määrästä sekä nestemäärästä tulee neuvotella lääkärin tai ravitsemusterapeutin kanssa.

- Kädet pestään hyvin ennen letkuruokintavälineiden käsittelyä
- Ravintovalmisteiden ja nesteiden tulee olla huoneenlämpöisiä
- Ruokailu toteutetaan joko annosruiskulla tai syöttöpumpulla
- Ravintoportin toimivuus tarkistetaan aina ennen käyttöä
- Avaamattomat ravintovalmistepakkaukset säilyvät huoneenlämmössä viimeiseen käyttöpäivään saakka. Avattuna ne säilyvät jääkaapissa 1-2 vrk valmisteesta riippuen.

Voit ruokailla myös suun kautta, ellei sairaus sitä estä. On tärkeää, että seuraat painoasi säännöllisesti.

## Kerta-annosruokailu

Ruokaile alussa usein ja pieniä määriä kerrallaan. Vähitellen voit lisätä nestemäärää ja harventaa kertoja omien tunteistenne mukaan.

Jaa ateriat 4–8 kerta-annokseen, voit noudattaa itsellenne sopivia ateria-aikoja. Päivän viimeinen ruokailu on nukkumaanmenoajasta riippuen klo 18–20 aikoihin.

Ole ruokailun aikana istuvassa tai puoli-istuvassa asennossa ja ruokailun jälkeen noin puolen tunnin ajan kohoasennossa. Ruokailuun tulisi kulua sama aika kuin vastaavankokoisen ruokamäärän syömiseen suun kautta. Suurin suositeltava kerta-annos on noin 400 ml.

Ennen ruokailua tarkista syöttöreitin esteettömyys: ota ruiskuun noin 10–30 ml vettä ja vedä ruiskuun varovasti mahalaukun sisältöä veden sekaan. Kun ilmaa tai mahan sisältöä on havaittavissa, työnnä ruiskun sisältö takaisin. Varmista, että huuhtelu on vaivatonta, eikä PEG-letkun juuresta ole vuotoa.

Täytä ruisku ravintovalmisteella, laita ruisku PEG-letkun päähän ja varmista, että ruisku on kunnolla kiinni letkussa. Tarvittaessa paina ruiskun mäntä hitaasti alas. Yleensä ravintovalmisteet menevät omalla painovoimalla eteenpäin.

Huuhtele PEG-letku 10–30 ml:lla vettä ruokailun jälkeen. Pese ruisku lämpimällä vedellä ja astianpesuaineella jokaisen käyttökerran jälkeen. Samaa ruiskua voi käyttää useamman päivän (2-3 pv) ajan.

Jos mahassa on täyttävä tunne, on hyvä pitää pidempiä taukoja ruokailussa. Mikäli olet janoinen, lisää veden määrää.

Vaikka PEG-letkua ei käytetä joka päivä, se tulee silti huuhdella päivittäin.

## Erityiskorvattavuus

Letkuravintovalmisteet ostetaan lääkärin kirjoittamalla reseptillä apteekista. Valmisteet kuuluvat kansaneläkelaitoksen (KELA:n) korvauksien piiriin henkilöille, jotka tarvitsevat päivittäistä letkuruokintaa. KELA:n korvaus on 65 %.

Ravintovalmisteen voi ostaa apteekista suoraan erityiskorvattuna. KELA:n korvausten saamiseksi lääkäri kirjoittaa B-lausunnon ravintovalmisteen käyttötarpeesta. B-lausunto, jonka perusteella KELA-korttiin tehdään merkintä erityiskorvaamisesta, tulee toimittaa mahdollisimman nopeasti KELA:n paikallistoimistoon. Erityiskorvattavuus maksetaan kustannuksista, jotka ovat syntyneet sen jälkeen, kun B-lausunto on saapunut KELA:n toimistoon.

## Lääkkeet

Tarkista lääkäriltäsi, mitkä käyttämistäsi lääkkeistä voit murskata tai avata kapselit. Murskatut lääkkeet sekoitetaan veteen, ei annettavaan ravintoliuokseen. Pyydä lääkkeet nestemäisinä, jos se on mahdollista.

Lääkkeitä otettaessa:

- tabletit murskataan, kapselit avataan ja liuotetaan 5–20 ml:an lämmintä vettä
- yksi lääke kerrallaan, ei saa sekoittaa keskenään
- ruiskuta lääke-seos ruokintaletkun kautta mahalaukkuun ja sen jälkeen huuhteluvesi
- huuhtele PEG-letku aina lääkkeenoton jälkeen 20–40 ml:lla vettä, jotta lääkkeet menisivät mahalaukkuun, eikä letku tukkeutuisi

## Ihon hoito

Toimenpiteen yhteydessä PEG-letkun juureen on laitettu harsotaitos, joka vaihdetaan tarpeen vaatiessa esim. haavan erittäessä. Poista harsotaitos toimenpidettä seuraavana päivänä.

Pese PEG-letkun ympärillä oleva iho päivittäin vedellä. Pesun jälkeinen huuhtelu ja kuivaus on tehtävä huolellisesti, jotta iho pysyisi terveenä. Ilmakylvyt tekevät hyvää!

Yleisiä hygieniaohjeita:

- suihkussa voit käydä normaalisti
- uimisen ja saunomisen voit aloittaa viikon kuluttua PEG-letkun laitosta (tarkistakaa, että korkit ovat kunnolla kiinni ja suojaa saunassa letku pyyhkeellä)
- mahdolliset karstat letkun juuresta voit poistaa veteen kostutetulla pumpulitikulla
- PEG-letkun kiinnittymisen ihoon voit estää pyörittelemällä letkua kevyesti puhdistuksen aikana
- seuraa, ettei letkun kiinnityslevy ole liian tiukalla (noin 0,5 cm:n liikkumisvara)

## Mikäli iholla on lieviä tulehduksen merkkejä; punotusta, turvotusta, eritystä

- suihkuta PEG-avanteen ympäristöä vedellä useita kertoja päivässä, huolellinen kuivaus edistää paranemista
- ota ilmakylpyjä
- jos PEG-letkun juuressa on eritystä, käytä pintakuivia sidoksia, esim. DryMax- tai Sorbact-sidos, ei sideharsotaitoksia
- voit kokeilla ihoa suojaavia tuotteita, esim. Brava

## Ota yhteys lääkäriin, jos

- PEG-avanteen ympäristö on jatkuvasti punoittava, aristava, kivulias, turvonnut
- PEG-avanteen ympärillä on märkäeritettä
- mahansisällössä on verta
- letkutuksen yhteydessä tulee kipua

## Suun hoito

Syömättömyys saa syljenerityksen vähentymään ja suun tuntumaan kuivalta. Kuivat limakalvot altistavat sairauksille. Tarkista suun limakalvot esim. viikoittain. Kuivaa suuta voit hoitaa:

- kostuttamalla vedellä tai keinosyljellä
- harjaamalla hampaat päivittäin
- rasvaamalla huulet
- käyttämällä ksylitolipurukumia tai -makeisia

## Ongelmatilanteita

### Kivun hoito

PEG-letkun laitton jälkeen on jonkin verran haavakipua. Kivun lievitykseen voit noin viikon ajan ottaa särkylääkettä.

Ota yhteys lääkäriin, jos kipu on voimakasta eikä helpotu särkylääkkeillä.

Letkutuksen yhteydessä tuleva kipu on merkinä siitä, että ravintoportti ei ole oikeassa paikassa.

### Irronnut PEG-letku

Ota pikaisesti yhteys lääkäriin, jos PEG-letku irtoaa, sillä PEG-avanne sulkeutuu nopeasti. Muutamassa päivässä avanne on kokonaan sulkeutunut. **Mikäli saatavilla ei ole uutta vastaavaa PEG-letkua/-nappia, voit laittaa vanhan letkun/napin takaisin ja teipata sen iholle kiinni.** Toinen vaihtoehto on laittaa vastaavankokoinen virtsakatetri avanteeseen ja teipata se iholle. Rikkinäiseen letkuun tai nappiin ei saa laittaa vettä eikä ravintovalmisteita.

## Tukkeutunut PEG-letku

- ravintoliuos- ja lääkejäämät karstoittavat ja tukkivat letkun
- ruiskuta vettä varoen letkuun välttäen kovaa painetta (voitte kokeilla laittaa letkuun myös hiilihapollista juomaa, esim. Vichyä tai Coca-Colaa)
- tukkeuman ollessa ihon pinnan yläpuolella puristelkaa letkua sormien välissä ja huuhtelee välillä vedellä tukkeumakohtaa
- ellei letku avaudu, ota yhteys lääkäriin

## Erittävä PEG-avanne

- avanne on liian väljä PEG-letkuun nähden ja mahan sisältöä pääsee valumaan ulos letkun vierestä
- tilanne voi korjaantua haavan parantuessa, mutta vaivan jatkuessa letkun tilalle on vaihdettava paksumpi PEG-letku
- joskus kudosten liikkakasvu aiheuttaa kanavaan epäsymmetrisyyttä ja näin mahan sisältö pääsee ärsyttämään ihoa

## Jos sinulla on useamman päivän ajan

- vatsakipuja, ummetusta, ripulia
- pahoinvointia tai oksentelua
- lämpöilyä
- tai muita ongelmia

## Ota yhteys

- maanantaista perjantaihin klo 9–11 ja 12–15 kirurgian poliklinikalle p. 014 269 1424
- muuna aikana päivystysapuun p. 116 117
- ruokailuun liittyvissä asioissa voitte ottaa yhteyttä Sairaala Novan ravitsemussuunnittelijaan p. 014 269 1811