



Γαστροστομία

Τι ειδική διαίτα να ακολουθήσω;

Η εντερική σίτιση αποτελεί έναν ιδιαίτερο τρόπο σίτισης που απαιτεί την τήρηση κάποιων κανόνων προκειμένου να είναι **ασφαλής** και **επαρκής** για την κάλυψη των θρεπτικών αναγκών των ασθενών

Σκοπός των διαιτολόγων του νοσοκομείου μας είναι η δημιουργία ενός περιβάλλοντος όπου τα άτομα που σιτίζονται με καθετήρα σίτισης και οι οικογένειες τους ή/και οι φροντιστές τους θα αισθάνονται σε θέση να συζητήσουν και να οργανώσουν το σχέδιο σίτισης που ακολουθούν.

Υπάρχουν τρεις διαθέσιμες μέθοδοι χορήγησης τροφής σε ασθενείς με γαστροστομία

- Σε bolus
- Συνεχής με αντλία ή συσκευή βαρύτητας
- Διακοπτόμενη συνεχή με αντλία ή συσκευή βαρύτητας

Η μέθοδος χορήγησης της εντερικής σίτισης λαμβάνει υπόψη

- τη νόσο του ασθενούς
- τον τύπο του καθετήρα σίτισης
- την ανοχή του στη σίτιση
- το επίπεδο δραστηριότητας του ασθενούς,
- το κοινωνικό του περιβάλλον
- τις ατομικές ικανότητες του ιδίου ή/και του φροντιστή &
- βέβαια την προτίμηση του

Επιπρόσθετα το οικονομικό κόστος της εντερικής σίτισης πρέπει να λαμβάνεται υπόψη, καθώς μπορεί να επηρεάσει την επιλογή του τρόπου χορήγησης. Επισημαίνεται ότι σε ασθενείς με γαστροστομία ασφαλισμένους του ΕΟΠΥΥ καλύπτεται μέρος ή το σύνολο του κόστους εντερικής σίτισης εάν χρησιμοποιηθούν τυποποιημένα σκευάσματα εντερικής σίτισης.

Οι διαιτολόγοι του νοσοκομείου μας μπορούν να σας παρέχουν έγκυρη ενημέρωση σχετικά με τα τυποποιημένα σκευάσματα εμπορίου

- παρέχοντας σας ενδεικτικό αναλυτικό κατάλογο των εταιρειών που δραστηριοποιούνται στην ελληνική αγορά,
- υποδεικνύοντας σας συγκεκριμένα προϊόντα που καλύπτουν τις εξατομικευμένες ανάγκες σας σε μακρο & μικρο θρεπτικά συστατικά από την εταιρεία της προτίμησης σας,
- να σας ενημερώσουν για τα δικαιώματα ασθενών με γαστροστομία ασφαλισμένων στον ΕΟΠΥΥ σχετικά με την ασφαλιστική κάλυψη της εντερικής σας σίτισης.

Τυποποιημένα σκευάσματα εμπορίου ή πολτοποιημένα τρόφιμα

Η κατανάλωση πολτοποιημένων τροφίμων μέσω καθετήρων σίτισης αντιμετωπίστηκε με επιφυλακτικότητα από μερίδα επαγγελματιών υγείας οι οποίοι εξέφρασαν την ανησυχία ότι τα πολτοποιημένα τρόφιμα θα μπορούσε να είναι μη ασφαλή σε σύγκριση με τα τυποποιημένα εντερικά σκευάσματα. Αν και τα επιδημιολογικά δεδομένα είναι περιορισμένα σε ότι αφορά το ποσοστό των ασθενών που σιτίζονται με πολτοποιημένα τρόφιμα, φαίνεται ότι μεγάλη μερίδα των ασθενών με γαστροστομία **επιλέγουν** να σιτίζονται είτε αποκλειστικά είτε εν μέρει με πολτοποιημένα τρόφιμα.

Πως μπορεί να με βοηθήσει ο διαιτολόγος με τα πολτοποιημένα τρόφιμα;

Οι διαιτολόγοι του νοσοκομείου μας μπορούν να σας

- ✿ καθοδηγήσουν ως προς το πώς να παρασκευάζετε πολτοποιημένα τρόφιμα τηρώντας κανόνες ασφάλειας τροφίμων & αποφεύγοντας την απόφραξη του καθετήρα
- ✿ να αξιολογήσει εάν η διατροφή σας είναι επαρκής σε ενέργεια και πρωτεΐνες αλλά και σε μικροθρεπτικά συστατικά προστατεύοντας σας

- έτσι από τον υποσιτισμό που συχνά παρατηρείται σε ασθενείς με γαστροστομία
- ✿ να σας σχεδιάσουν ένα εξατομικευμένο πρόγραμμα διατροφής για εντερική σίτιση το οποίο να λαμβάνει υπόψη τα ανθρωπομετρικά σας χαρακτηριστικά και την υποκείμενη παθολογία σας
 - ✿ να σας βοηθήσει να συνδυάσετε τα τυποποιημένα σκευάσματα εμπορίου με τα πολτοποιημένα τρόφιμα προκειμένου να καλύψετε τις θρεπτικές σας ανάγκες
 - ✿ να σας προτείνει συνταγές για παρασκευή πολτοποιημένων τροφίμων με ενεργειακή ανάλυση προκειμένου να μαγειρεύετε θρεπτικά πλούσιους πολτούς με κατάλληλη υφή ώστε να διέρχονται εύκολα από καθετήρες σίτισης
 - ✿ να εκτιμήσει την κατάσταση ενυδάτωσης σας και να σας ποσοτικοποιήσει την ποσότητα υγρών που χρειάζεται να καταναλώνετε καθημερινά,
 - ✿ να σας βοηθήσει να αντιμετωπίσετε αποτελεσματικά κοινά συμπτώματα του γαστρεντερικού που επηρεάζονται από την εντερική σίτιση π.χ. διάρροια & δυσκοιλιότητα

Συνοψίζοντας

Η σίτιση των ασθενών με γαστροστομία χρειάζεται εκτεταμένη εκπαίδευση προκειμένου να πραγματοποιείται με επάρκεια και ασφάλεια. Ο υποσιτισμός είναι ένα συνηθισμένο πρόβλημα σε ασθενείς που σιτίζονται μέσω γαστροστομίας και αν δεν εντοπιστεί ή δεν αντιμετωπιστεί έχει οδυνηρές συνέπειες. Προγραμματίστε ένα ραντεβού με το Συμβουλευτικό Σταθμό Διατροφής του Νοσοκομείου μας, προκειμένου να πραγματοποιηθεί διατροφική αξιολόγηση και να λάβετε ένα εξατομικευμένο πρόγραμμα διατροφής που θα σας βοηθήσει να βάλετε σε πράξη τις παραπάνω ιδέες.

Το παρόν ενημερωτικό έντυπο αποτελεί δημόσια υπηρεσία του Τμήματος Κλινικής Διατροφής του Νοσοκομείου "ΚΑΤ" και προορίζεται μόνο για ενημέρωση. Δεν υποκαθιστά τη σωστή ιατρική διάγνωση ή τις διατροφικές συμβουλές που παρέχονται από διαιτολόγο. Εάν χρειάζεστε να επισκεφθείτε διαιτολόγο, προγραμματίστε ένα ραντεβού με το Συμβουλευτικό Σταθμό Διατροφής του Νοσοκομείου μας.

Το παρόν έντυπο δημιουργήθηκε από τη Δρ Αμαλία Τσαγκάρη, κλινική διαιτολόγο.

Αυτό το ενημερωτικό έντυπο και άλλα είναι διαθέσιμα για δωρεάν λήψη στη διεύθυνση <https://www.kat-hosp.gr/ipiresies/iatriki-vpiresia/tmimata/tmima-klinikis-diatrofis>

© Τμήμα Κλινικής Διατροφής Νοσοκομείου "ΚΑΤ" Φεβρουάριος 2022.

