



Esite on tarkoitettu
terveydenhuoltohenkilöstön
kautta jaettavaksi perheille.

**TOISENLAINEN
TAPA SYÖDÄ**
- TUKEA JA TIETOA
VANHEMMILLE



NUTRICIA LIFE-TRANSFORMING NUTRITION

Nutricia Specialised Nutrition on ravitsemukseen erikoistunut yritys, joka kuuluu Danone-konserniin.

Nutricialla on lasten ja aikuisten kliinisiä ravintovalmisteita, jotka pohjaavat kattavaan tutkimustietoon ja pitkäaikaiseen tuotekehitykseen.

Nutrician letkuravintovalmisteet on kehitetty iänmukaisiksi tukemaan lapsen ravitsemuksellisia tarpeita mahdollisimman hyvin. Ravintosisältötiedot löytyvät pakkauksista.

Nutricialla on kuitua sisältäviä ja kuiduttomia valmisteita. Kuitupitoiset valmisteet sisältävät liukenevia ja liukenevattomia kuituja.

TOISENLAINEN TAPA SYÖDÄ

SISÄLLYSLUETTELO

Lapsen ravinnonsaannin turvaaminen	5
Toisenlainen tapa syödä	6
Vanhempien kokemuksia letkuravinnon aloituksesta	7
Milloin lapsi tarvitsee letkuravitsemusta?	9
Mitä letkuravitsemus on ja miten se toteutetaan?	9
Mitä letkuravinto on?	11
Letkuravitsemuksessa käytettävät apuvälineet	12
Milloin ja millä tavalla letkuravinto annetaan?	14
Letkuravitsemuksessa huomioitavia asioita	15
Terveystieteiden ammattilaiset apuna ja tukena	16
Sanasto	19



LAPSEN RAVINNONSAANNIN TURVAAMINEN

Vanhemman ja lapsen välinen erityinen suhde liittyy syntymästä alkaen paljolti ruokaan ja ravintoon. Jokainen vuorokauden hetki, jonka vanhempi käyttää lapsen syöttämiseen, edustaa rakkautta ja hoivaa. Tämä luo vanhemman ja lapsen välille vahvat siteet.

On vanhemman kannalta raskasta ja huolestuttavaa, jos lapsella on syömisvaikeuksia eli hänen on esimerkiksi vaikea niellä tai pureskella tai hän oksentelee jatkuvasti. Ruokailutilanteet voivat joskus olla vähintäänkin hermoja raastavia.

"Suuri osa päivästä kului siihen, että yritin saada pojan syömään tarpeeksi. Ruokailu saattoi hyvin kestää melkein kaksi tuntia, eikä hän siltikään syönyt tarpeeksi."

Moni vanhempi haluaa auttaa lasta entistäkin enemmän, jotta lapsi saisi tarpeeksi ravintoa kasvaakseen ja voidakseen hyvin.

Tunnet lapsesi paremmin kuin kukaan muu. Vanhempana huomaat lapsen käytöksen pienetkin muutokset, esimerkiksi sen, että lapsi on tavallista väsyneempi tai kättäisempi. On luonnollista huolestua lapsen voinnista, jos hän ei halua syödä. Myös avuttomuuden tunteet ovat mahdollisia, kun teet kaikkesi edistääksesi lapsen hyvinvointia – etenkin ruokailua – eikä mikään silti tunnu auttavan.

"Kyseenalaistin tarjolla olleet mahdollisuudet, sillä tällainen ruokailutilanne oli normaalista kaukana, ja murehdin ja stressasin sitä, miten saisin tytön syömään tarpeeksi."

Monet vanhemmat, joiden lasten on vaikea syödä tarpeeksi, ovat kertoneet haluavansa lisää tietoa aiheesta. Siksi Nutricia on laatinut tämän esitteen yhdessä vanhempien ja terveydenhuollon ammattilaisten kanssa. Toivomme, että löydät siitä vastauksia kysymyksiisi.

TOISENLAINEN TAPA SYÖDÄ

Letkuravitsemus on vaihtoehto, jota saatetaan ehdottaa, jos lapsen on vaikea syödä riittävästi tavalliseen tapaan tai ruokailuun kuluu kohtuuttomasti aikaa. On tärkeää, että lapsella on myös aikaa leikkiä ja rentoutua.

Tieto siitä, että oma lapsi tarvitsee letkuravitsemusta, voi herättää monenlaisia tunteita. Toisaalta voi olla helpotus, ettei enää tarvitse murehtia, saako lapsi tarpeeksi ravintoa. Toisaalta mieleen voi nousta monia kysymyksiä, joista osa liittyy käytännön asioihin ja osa tunne-elämään.

On normaalia, että uudessa tilanteessa moni asia askarruttaa. Tällaisia asioita voivat olla esimerkiksi ”Mitä seuraavaksi tapahtuu?” tai ”Selviätkö tästä?”

Voi viedä aikansa ennen kuin lapsen letkuravitsemuksen vaatimat uudet rutiinit asettuvat osaksi arkea. Kun vanhempi ja lapsi ovat tottuneet uusiin rutiineihin, herää todennäköisesti monia uusia käytännön kysymyksiä, joista on otettava selvää.

Oikean tiedon ja tuen avulla totut vähitellen syöttämään lasta letkulla. Samalla sinun on helpompi iloita tämän syömistavan hyvistä puolista. Letkuruokinnan aloituksen jälkeen vanhemmat kokevat, että ruokailutilanne rauhoittuu ja aikaa jää enemmän lapsen kanssa seurusteluun. Jos olet epävarma jostakin, kannattaa aina kääntyä hoitavan sairaanhoitajan, ravitsemusterapeutin tai lääkärin puoleen.

Monet vanhemmat ovat pyytäneet lisää tietoa letkuravitsemuksen käytännön toteutuksesta voidakseen varautua siihen, miten toimenpiteen jälkeen toimitaan.

Tässä esitteessä on käytännönläheisiä vinkkejä ja helpotajuisia tietoa letkuravitsemuksen käytännön toteutuksesta. Esitteessä kerrotaan myös muiden vanhempien kokemuksista.

VANHEMPIEN KOKEMUKSIA LETKURAVINNON ALOITUKSESTA

Olipa tilanteesi millainen tahansa, muista, että monet muut vanhemmat ovat olleet samassa tilanteessa. Alla Jasminen tarina, joka saattaa ehkä muistuttaa omaa tilannettasi.

JASMINEN TARINA

Minulla ei ollut mitään kokemusta letkuravitsemuksesta. Se näytti minusta hirveän kliiniseltä ja epämiellyttävältä. Olimme tosi huolissamme, kun syöttönapin asettamista alettiin suunnitella. Hygienia, riskit, letku mahassa...

Luulen, että yritin tiedostamattani viivyttää toimenpidettä niin pitkään kuin suinkin pystyin. Se johtui toisaalta itse toimenpiteestä ja kaikesta siihen liittyvästä ja toisaalta pelosta, että pojasta tulisi nyt vieläkin enemmän erilainen kuin muut eikä hän saisi syödä suun kautta. Olimme taistelleet syömisen kanssa niin pitkään, että olikin helpotus nähdä, miten paljon letkuravitsemus paransi pojan vointia.

Lisää kokemuksia letkuravitsemuksesta löydät sivuiltamme www.letkuravitsemus.fi



MUIDEN VANHEMPIEN VINKKEJÄ LETKURAVITSEMUKSESTA

HUOLI LETKUN POIS KISKOMISESTA

"Kun Annille tehtiin mahalaukkuavanne, minua huoletti kovasti, että hän vetäisi sen ulos ja että se irtaaisi. Toisen perheen vanhempi kehotti meitä tekemään nukelle samanlaisen avanteen kuin Annilla. Sitten selitimme Annille, mihin saa koskea ja mihin ei ja mitä kohtia on varottava. Se toimi todella hyvin. Tyttö rakastaa nukkeaan ja toimii juuri niin kuin nukan kanssa on näytetty. Olemme myös kuulleet, että lapsille voi pukea käsineet, jotta he eivät vedä avannetta ulos. Meidän ei kuitenkaan tarvinnut tehdä niin."

ULKOLEIKIT

"Kun poika leikkii ulkona, esimerkiksi puistossa, työnnämme kaikki ulkonevat letkun osat vaatteiden sisään. Pienempänä hän käytti aina haalaria ja pystyi sen ansiosta liikkumaan vapaasti ilman huolta avanteesta. Perheryhmässä erään ystävän pojalla on nasogastrinen syöttöletku. Hän teippaa letkun kiinni pojan kasvoihin. Se on vain hetkellinen este, mutta jos letku tarttuu johonkin, äiti huomaa sen ennen kuin koko letku ehtii irrota."

UINTI

"Lääkäri kertoi, että voisimme aloittaa uimisen 2-3 viikon kuluttua avanteen asettamisesta. Se onnistui hienosti. Ennen veteen menoa tarkistamme, että PEG-letku on suljettu kunnolla. Kaikki muu sujuu tavalliseen tapaan. Se on pojalle päivän paras hetki."

LOMAT

"Meillä tämä vaikuttaa vain siihen, montako päivää olemme poissa kotoa. Viikonloppumatkat ovat helppoja. Otamme varmuuden vuoksi mukaan ylimääräisen siirtolaitteen, pojan ruoat ja yhdet tarvikkeet. Katson tarkistuslistasta, mitä tarkalleen pakkaan mukaan. Pidemmät matkat vaativat hiukan enemmän suunnittelua, mutta matkailu on meistä ihanaa. Viime vuonna lensimme Australiaan, eikä siinä ollut mitään ongelmia. Selvitimme etukäteen, minne hakeutuisimme, jos ongelmia tulisi, mutta kaikki sujui hienosti."

OKSENTELU

"Williamin 'PEG-uran' alussa hänellä oli paljon refluksia ja hän oksenteli paljon. Syötimme häntä liikaa ja liian nopeasti - hänen mahansa ei kestänyt sitä. Myöhemmin pystyimme suurentamaan ruokamääriä. Puheterapeutti kehotti antamaan aluksi vähän ruokaa suuhun. Silloin mahansuu sulkeutuu ruoan tullessa, ja refluksin riski pienenee. Tämä on toiminutkin Williamin kohdalla. Poika myös reagoi herkästi, jos ruoka on liian kylmää. Hänelle tulee silloin huono olo. Samoin silloin, jos hän ei istu pystyasennossa."

MILLOIN LAPSI TARVIKSEE LETKURAVITSEMUSTA?

Lapsen syömisvaikeudet voivat johtua monista syistä, esim. pureskelu- tai nielemisvaikeuksista tai oksentelusta. Tällöin lapsi ei välttämättä saa tarpeeksi ravintoa kasvaakseen kunnolla. Riittävä ravinnonsaanti mahdollistaa kasvun ja kehityksen sekä sairauksien torjumisen.

Letkuravitsemus voi olla hyvä vaihtoehto, sillä se voi auttaa lasta saamaan tarpeeksi ruokaa. Vanhemman ei myöskään tarvitse murehtia, onko ruoan ravintosisältö kunnossa. Letkuravitsevalmiste vastaa ”tavallista” ruokaa ja sisältää kaikki ravintoaineet, joita lapsi tarvitsee kasvaakseen, kehittyäkseen ja leikkiäkseen tavalliseen tapaan omien kykyjensä mukaisesti.

MITÄ LETKURAVITSEMUS ON JA MITEN SE TOTEUTETAAN?

Ruoan antaminen mahalaukkuavanteen eli gastrostooman kautta suoraan mahalaukuun ei eroa ravitsemuksellisesti lainkaan tilanteesta, jossa ruoka syödään tavalliseen tapaan. Ruoansulatus tapahtuu samalla tavalla. Ainoa ero on se, että letkuravitsemuksessa ruoka annetaan juoksevassa muodossa suoraan mahalaukuun mahalaukkuavanteen tai letkun kautta eikä sitä nautita suun kautta.

Jos lapsen on vaikea pureskella tai niellä ruokaa tai hän oksentaa helposti, letkuravitsemus voi olla yksinkertaisesti ”toisenlainen tapa syödä”. Lapsi voi edelleen sekä syödä että juoda suun kautta, ja niin kannattaakin tehdä, jos se on mahdollista.

Käytössä on periaatteessa kaksi letkutyyppiä: vatsanpeitteiden läpi asetettava mahalaukkuavanne ja nenän kautta vietävä nasogastrinen syöttöletku. Kullekin lapselle sopivin vaihtoehto valitaan yhdessä lapsen lääkärin kanssa.

”Minulta kysytään usein, milloin tyttäreni saa taas alkaa syömään. Se on minusta suuri väärinkäsitys. Asiaa on kyselty ties miten monta kertaa. Joudun aina selittämään, että varsinaista lopetuspäivää ei ole, vaan letkun käyttö lopetetaan sitten, kun tyttö taas syö tarpeeksi. Ihmisten tuntuu olevan vaikea ymmärtää, että lapsi ei välttämättä halua syödä.”



MITÄ LETKURAVINTO ON?

Lapselle annettava letkuravintovalmiste valitaan lapsen ravitsemustarpeiden, iän, painon, allergioiden jne. perusteella yhdessä ravitsemusterapeutin tai lääkärin kanssa.

Valmiilla lasten letkuravintovalmisteilla on monia etuja:

- suunniteltu letkuravitsemusta saaville lapsille
- ravitsemuksellisesti täysipainoisia
- lapsen ravitsemustarpeita vastaavia
- hygieenisia
- helppokäyttöisiä
- hyvin juoksevia, mikä pienentää letkun tukkeutumisriskiä
- käytettävissä sekä muun ruoan lisänä että ainoana ravintona.

Letkuravintovalmisteen lisäksi lapsi voi usein syödä tavallista kotiruokaa suun kautta.

Jotkut lapset saavat letkuravintoa tavallisen ruoan lisänä. Toiset saattavat syödä edelleen pieniä määriä tavallista ruokaa suun kautta letkuravitsemuksen lisänä. Jotkut lapset syövät päivisin tavalliseen tapaan ja saavat illalla letkuravintoa. On myös lapsia, jotka saavat pelkkää letkuravintoa, koska tavallinen ruoka ei sovi heille. Heillä voi olla esim. suun tai nielun ongelmia.

"Katamme aina Alicelle lautasellisen ruokaa lounaalla ja päivällisellä, ja hän istuu pöydässä, kun syömme. Usein hän ottaa muutaman suupalan ruokaa lautaseltaan."

Mikäli mahdollista, on tärkeää antaa lapselle edelleen silloin tällöin ruokaa suun kautta, jotta suun motorikka säilyy.

LETKURAVITSEMUKSESSA KÄYTETTÄVÄT APUVÄLINEET

Kun on aika aloittaa lapsen letkuravitsemus kotona, tarvitset monenlaisia välineitä ja tarvikkeita. Saat sairaalasta sekä itse tarvitteet että ohjeet niiden käyttöön.

Syöttöpumppu pumpppaa letkuravinnon ravinnonsiirtolaitteen läpi. Pumppu antaa ruoan niin nopeasti tai hitaasti kuin halutaan.

Ravinnonsiirtolaite

on letkusto, jonka toinen pää yhdistetään letkuravittovalmistepakkaukseen ja toinen pää suoraan syöttöletkuun.



Nappisyöttöletku

kiinnitetään siirtolaitteen ja napin väliin.

Ruiskut

Erilaisia oraali-ruiskuja käytetään ruoan ja lääkkeiden antamiseen letkun kautta sekä letkun huuhtelemiseen.

Nappisyöttöletkussa on **pikasulkija**, jolla letku suljetaan ennen nappiin yhdistämistä ja siitä irrottamista.

VINKKEJÄ

Osoitteessa
www.nutriciaflocare.com
on lisätietoa Nutrician Flocare
Infinity -syöttöpumpusta.
Sivustolla on myös interaktiivinen
pumpunkoulutus.

LETKURAVITSEMUKSESSA HUOMIOITAVIA ASIOITA

Syötön yhteydessä

- Tarkista ravinnonsiirtolaite.
- Noudata hoitohenkilöstön antamia hygieniaohjeita.
- Tarkista ennen syöttöä, että siirtolaite on kiinnitetty oikein (hoitohenkilöstö opettaa tämän).
- Huuhto aina syöttöletku käytön (syötön tai lääkkeiden annon) jälkeen, jotta se ei tukkeudu.
- Syötön aikana lapsen tulee istua pystyasennossa. Yöllä hän voi olla syötön aikana puoli-istuvassa asennossa.
- Anna lapselle vettä, jotta hän saa varmasti tarpeeksi nestettä (kysy sopiva määrä ravitsemusterapeutilta).

Päivittäin

- Huolehdi aina kaikkien apuvälineiden puhtaudesta. Muista pyytää hygieniaohjeet terveydenhuollon henkilökunnalta.
- Hoida mahalaukkuavannetta ympäröivää ihoa, jotta se ei ärry. (Terveydenhuollon henkilöstö neuvoo, miten ihoa hoidetaan.)
- Harjaa lapsen hampaat kahdesti päivässä, jotta hampaat ja suu ovat puhtaat.

TERVEYDENHUOLLON AMMATTILAISET APUNA JA TUKENA

Letkuravitsemuspäätöksen yhteydessä keskustele lääkäriin ja muun terveydenhuollon henkilöstön kanssa siitä, mikä menetelmä ja mitkä vaihtoehdot sopivat parhaiten lapsellesi.

LÄÄKÄRI

voi olla esimerkiksi neurologian (hermoston ja lihassairauksien) tai gastroenterologian (mahan ja suoliston) erikoislääkäri. Hänellä on lääketieteellinen vastuu lapsen hoidosta.

SAIRAAHOITAJA

seuraa lapsen hoidon toteutusta ja auttaa käytännön asioissa. Usein kyseessä on ravitsemukseen eli ruokaan ja ravintoon erikoistunut sairaanhoitaja.

KIRURGI

on lääkäri, joka tekee mahalaukkuavanteen eli gastrostooman ja laittaa letkun paikoilleen.

RAVITSEMUSTERAPEUTTI

on ravitsemustieteen asiantuntija, joka antaa neuvoja lapsen ravinnosta ja laskee lapsen tarpeiden perusteella, millaista letkuravitsemusvalmistetta ja muuta ruokaa kukin lapsi tarvitsee.

TOIMINTATERAPEUTIT JA FYSIOTERAPEUTIT

ovat lapsen liikkumisen asiantuntijoita ja voivat auttaa lasta monenlaisissa asioissa, jotka vaihtelevat suun liikkeiden hallinnasta koko kehon liikkeiden hallintaan. He myös järjestävät tarvittaessa erilaisia apuvälineitä, esim. tuoleja tai istumatukia.

PUHETERAPEUTTI

on äänen, puheen, kielen ja nielemisen kehityksen asiantuntija, joka arvioi lapsen suun hallintaa ja mahdollisia suuhun liittyviä ongelmia ja auttaa lasta niiden kanssa.





"Kun asia tuli ensi kertaa puheeksi, emme tienneet mitään letkuista, letkuravitsemuksesta emmekä sen toteuttamisesta. Yleensähän ajatellaan, että ravintoa ja ruokaa saa vain suun kautta tai suoneen tiputtamalla. Olo tuntui paremmalta, kun saimme tietoa toimenpiteestä ja letkuravitsemuksen toteutuksesta."

SANASTO

SANA	SELITYS
Adapteri	Väline ravinnonsiirtolaitteen/syöttöletkun ja syöttöruiskun yhdistämiseen.
Ravinnonsiirtolaite, siirtolaite	Letkusto, jonka toinen pää kiinnitetään letkuravintovalmistepakkaukseen ja toinen syöttöletkuun.
Pikasulkija	Estää syöttöletkussa ravinnon/mahan sisällön virtauksen.
Annoissyöttö	Letkuravinnon anto tavallisia aterioita vastaavina määrinä ja ajankohtina.
Enteraalinen ravitsemus	Ravinnon anto ruoansulatuskanavan kautta.
Nappisyöttöletku	Siirtolaitteen ja napin väliin kiinnitettävä letku ravinnonannon ajaksi.
Gastro-	Mahaan liittyvä.
Gastroskooppi	Mahantähystin. Ohut, taipuisa letku, jonka kärjessä on kamera; käytetään mahalaukun tutkimuksissa ja mm. gastrostomian eli mahalaukkuavanteen teon yhteydessä. Tähystin viedään suun kautta sisään ja kuljetetaan ruokatorvea pitkin mahalaukkuun.
Gastrostooma	Mahalaukkuavanne on aukko, josta letku kulkee vatsanpeitteiden läpi mahalaukkuun.
Gastrostoomaletku	Mahalaukkuun vatsanpeitteiden läpi vietävä letku, jota käytetään ravinnon, nesteiden ja/tai lääkkeiden antoon.
Syöttö painovoiman avulla	Ravinto virtaa painovoiman avulla ripustamalla letkuravintovalmiste korkeaan tippalinieseen.
Nappi	Kutsutaan myös syöttönapiksi. Laitetaan valmiiseen avanteeseen.
Jatkuva syöttö	Letkuravinnon hidas anto etukäteen valitulla nopeudella useiden tuntien kuluessa ilman taukoja.
Henkitorvi	Kurkunpäästä keuhkoihin kulkeva putkimainen rakenne.
Nasogastrinen syöttöletku	Letku, jota käytetään ravinnon, nesteiden ja/tai lääkkeiden antoon nenän kautta ruokatorvea pitkin mahalaukkuun.
Syöttöpumppu	Pumppu, joka pumppaa ravinnon tasaisesti ja tarkasti ravinnonsiirtolaitteen läpi. Pumpusta voidaan valita haluttu nopeus ja annettava ravinnon määrä.
Oraalinen	Suuhun liittyvä.
PEG	Perkutaaninen endoskooppinen gastrostooma. Gastroskooppiavusteinen tapa viedä letku vatsanpeitteiden läpi mahalaukkuun.
Syöttö pumpulla	Ravinnon anto pumpun avulla.
Letkurokinta	Ravinnon anto letkun avulla suoraan mahalaukkuun tai suoleen.
Letkuravinto	Nestemäinen ruoka, joka valitaan potilaan tarpeiden mukaisesti.
Syöttö ruiskulla	Ravinnon anto ruiskulla letkun kautta.
Avanne	Kirurgisesti luotu kanava, esim. vatsanpeitteisiin PEG-letkua/nappia varten tehty aukko.
Tähystysleikkaus	Leikkaus, jossa esim. vatsanpeitteisiin ei tehdä tavallista leikkausviiltoa vaan vain pienempiä viiltoja, joista instrumentit viedään sisään.

Lisätietoa letkuravitsemuksesta löydät
lapsiperheille suunnatusta kotihoito-oppaastamme
ja osoitteesta www.letkuravitsemus.fi

Lasten vanhemmat ja terveydenhuollon ammattilaiset ovat
auttaneet tämän esitteen kehittämisessä tarjoamalla
arvokasta tietoa ja kokemuksia.



Nutricia Medical Oy
Linnankatu 26 A, 20100 Turku
Puh. (02) 274 4111
nutriciasuomi@danone.com
www.nutricia.fi | www.maitoallergia.fi
www.nutrilon.fi | www.letkuravitsemus.fi

Nutrician letkuravitsevalmisteet ovat kliinisiä ravintovalmisteita, jotka on tarkoitettu sairauteen liittyvän vajaaravitsemuksen ruokavalihoitoon. Niitä käytetään terveydenhuollon ammattilaisen ohjauksessa.