

1) گاوآژ/تغذیه از طریق لوله معده از راه بینی

گاوآژ به معنای تغذیه و وارد کردن مایعات غذایی از راه لوله به معده (NG Tube) است. یکی از مصارف این لوله، تغذیه بیمارانی است که قادر به تغذیه دهانی نیستند.



- قبل از انجام کار، دست های خود را با آب و صابون بشویید. سپس بیمار را در حالت نشسته یا نیمه نشسته قرار دهید و گیره لوله معده را باز کنید. یک گوشی پزشکی تهیه کنید و هر بار قبل از گاوآژ غذا، با سرنگ گاوآژ، 20 سی سی هوا به داخل معده بفرستید و صدای هوا را در معده بشنوید تا مطمئن شوید، لوله معده سرجایش است. گوشی را زیر جناغ سینه روی شکم قرار دهید.

- سپس محتویات معده را بکشید (آسپیره کنید)، چنانچه بیش از نصف مقدار گاوآژ شده قبلی کشیده شد، آن وعده غذایی را ندهید. ولی چنانچه کمی برگشت، آن را گاوآژ کنید اما این مقدار از میزان گاوآژ فعلی کم کنید.

- معمولاً تا میزان 300 سی سی هر سه ساعت یک بار، بیمار می تواند گاوآژ را تحمل کند. قبل و بعد از گاوآژ، 50-30 میلی لیتر آب گاوآژ کنید. هرگز مایعات گاوآژ را با پیستون سرنگ و با فشار وارد لوله معده نکنید. بلکه پیستون را خارج نموده و مواد غذایی را در سرنگ ریخته و لوله معده را کمی

بالا بیاورید. تا خودبخود مایع وارد معده شود. بعد از هر بار گاوآژ، سرنگ گاوآژ را خوب بشویید و هر 24 ساعت یکبار سرنگ را عوض کنید.

- چنانچه غذای گاوآژی سرد است، می بایست آن را کمی گرم کنید. بطوری که با ریختن چند قطره از آن روی قسمت داخلی مچ دست، احساس گرمی داشته باشد (درجه حرارت آن با درجه حرارت اتاق یکسان باشد).

- می توانید با مشورت متخصص تغذیه، از غذاهای آماده گاوآژ نیز استفاده کنید.

- هر روز چسب دور لوله را باز کنید، پوست اطراف آن را بشویید و خشک کنید. سپس مجدداً چسب بزنید. هر دو هفته یکبار از یک پرستار با تجربه بخواهید لوله معده را تعویض کند. قبل از کشیدن لوله معده 30 سی سی آب بزنید تا کاملاً خالی شود، سپس آنرا بکشید.

2) پگ/ تغذیه از طریق راه فرعی به معده از روی شکم



پگ (PEG)/ گاستروستومی به معنای باز کردن یک راه از معده بر روی شکم به منظور تغذیه مواد غذایی و مایعات می باشد و می تواند موقتی و یا دائمی باشد. ممکن است این کار در روده کوچک (ژوژنونوستومی) نیز انجام شود. لوله پگ (PEG) از طریق آندوسکوپی وارد معده شده و از طریق برش کوچکی از روی پوست خارج می گردد و از داخل به جدار معده ثابت می شود. لوله از سطح معده به یک لوله پلاستیکی و یا لاستیکی متصل است. در تغذیه به روش گاستروستومی باید به دو مسئله تغذیه بیمار و سلامت پوست زیر لوله توجه گردد.

تغذیه در بیمارستان

بلافاصله بعد از جراحی، اولین تغذیه طبق تجویز پزشک به میزان 30 تا 60 میلی لیتر با آب و گلوکز 10 درصد شروع می گردد. به مرور میزان آن افزایش می یابد تا به 180 تا 240 میلی لیتر می رسد. این مقدار بخوبی توسط بیمار تحمل می شود و از اطراف لوله نشت پیدا نمی کند. پس از 24 ساعت، شیر اضافه شده و سپس غذاهای مخلوط شده و نرم به صورت رژیم پرکالری شروع می گردد. طبق نظر پزشک معالج و متخصص تغذیه می توان از غذاهای آماده تجاری هم استفاده نمود. حتماً در برنامه غذایی از فیبر استفاده شود زیرا الگوی دفع بیمار، طبیعی و مشابه افراد عادی می باشد.

مراقبت از لوله و پیشگیری از عفونت

معمولاً یک پانسمان روی محل خروج لوله گذارده می شود و با یک نوار چسب باریک از دو طرف، لوله به دیواره شکم ثابت می گردد. بخشی از گاز پانسمان زیر صفحه پلاستیکی قرار می گیرد تا پوست، صدمه کمتری ببیند. بعضی از لوله ها مانند سوند فولی بالون دارند که با آب پر شده تا از خروج لوله از معده جلوگیری نماید. هر هفته با یک سرنگ، میزان آب را کنترل کنید تا از پر بودن بالون مطمئن شوید. در صورت مشاهده هرگونه ترشح غلیظ و چرکی به پزشک معالج مراجعه کنید.

مراقبت از پوست

پوست اطراف لوله به علت عملکرد آنزیمی شیر معده و نشت اطراف لوله، تحریک شده و ممکن است دچار ورم، قزمری و دردناکی شود لذا، روزانه اطراف آن را با آب و صابون شستشو داده و خوب خشک کنید و اگر پوسته های خشک شده ایجاد شد، آن را با سرم شستشو خیس کرده و سپس بردارید، سپس روی آن را پانسمان بگذارید. هر روز موقع شستشو، پوست اطراف لوله را از نظر شکنندگی، تحریک، سائیدگی و وجود ترشح یا نشت



مرکز آموزشی درمانی امین

خود مراقبتی و

روش های حمایت تغذیه ای

گوارشی گاوژ و پگ (۱)



منبع: برونر و سودارث

تغذیه با مواد غذایی تهیه شده از راه گاوژ

بیمارانی که نیازمند تغذیه از راه لوله معده می باشند، چنانچه در بیمارستان بستری هستند تحت نظارت کارشناس تغذیه، مواد غذایی

درجه بالا نگه داشته شود تا از برگشت غذا به مری و راه تنفسی جلوگیری گردد.

– معده در هر بار (3-4 ساعت یکبار) 300 تا 500 میلی لیتر مایع را می تواند تحمل کند. این میزان مایع ظرف 15-10 دقیقه باید برود. در صورت هر گونه انسداد (گرفتگی) حین تغذیه، کار را متوقف و به پزشک اطلاع دهید. اگر بیمار احساس پری می کند، می توانید حجم مواد غذایی را کمتر ولی دفعات را بیشتر کنید.

– هر بار بعد از تغذیه و یا دادن دارو، حتماً لوله را با 30 میلی لیتر آب شستشو دهید و روزانه بازبودن لوله را چک کنید.

– پس از گاوژ سرنگ را بشویید و خوب خشک کنید و در جای تمیز، برای بار بعدی نگه داری کنید و هر 24 ساعت یک بار وسایل گاوژ را تعویض نمایید.

– چنانچه می خواهید در منزل از پمپ تغذیه ای با فشار متناوب و یا مداوم استفاده کنید، قبل از مرخص شدن، طرز کار آن را از پرستاران بخش آموزش بگیرید. چنانچه با پمپ به بیمار غذا می دهید: اگر هنگام خالی شدن کیسه غذایی، پمپ هشدار می دهد و یا هنگام تخلیه باطری و یا انسداد به صدا در می آید، به آن توجه کنید و نحوه راه اندازی مجدد آن را بیاموزید.
– هر هفته یک بار بیمار را وزن کنید تا از کاهش و یا افزایش بیش از حد وزن آگاه شوید. در صورت موارد غیر طبیعی به پزشک معالج اطلاع دهید.

شناسنامه پمفلت آموزشی	
موضوع	خود مراقبتی و روش های حمایت تغذیه ای گوارشی گاوژ و پگ (۱)
تهیه کننده	واحد آموزش سلامت
تأیید کننده علمی	آقای دکتر کاظمیان-خانم دکتر صافی
سمت	فوف تخصص مراقبت های ویژه-متخصص تغذیه
تاریخ تهیه	1402
کد پمفلت	Pe – icu- 14

شیره معده بررسی کنید. در صورت نیاز از پرستار مخصوص استومی کمک بگیرید.

هشدارها

– هرگونه علامت عفونت زخم و سایر مشکلات را به پزشک گزارش نمایید. ممکن است پزشک آنتی بیوتیک تجویز نماید.
– هرگونه استفراغ و مدفوع بیمار باید از نظر خونریزی کنترل گردد و در صورت پیدایش خونریزی، فوراً به پزشک گزارش دهید.
– چنانچه لوله به هر دلیل سهواً خارج گردید، فوراً به پزشک اطلاع دهید زیرا ظرف 4-6 ساعت، مجرا بسته خواهد شد.

تغذیه در منزل

– نحوه آماده کردن مواد غذایی و میزان آن می بایستی توسط یک متخصص تغذیه به شما آموزش داده شود تا بیمار دچار کمبود مواد غذایی نشود.
– در ابتدا آن بخش از طول لوله که از شکم بیرون آمده را علامت بزنید و ببینید چند سانتی متر است و روزانه به آن علامت توجه کنید، در صورتی که طول لوله بلندتر و یا کوتاه تر شده به پزشک معالج بیمار اطلاع دهید.
– بیمار را در حالت نشسته گاوژ کنید.
– ابتدا محتویات معده را بکشید تا مطمئن شوید آیا مواد غذایی قبلی از معده تخلیه شده است؟ هر بار می بایست کمتر از 50 سی سی در معده باقی مانده باشد.
– برای اطمینان از باز بودن لوله، قبل از تغذیه، مقداری آب با درجه حرارت اتاق وارد کنید. بعد از تغذیه نیز لوله را با آب بشویید، تا ذرات غذایی در لوله موجب انسداد و یا فساد نشود.
– نیازی به وارد آوردن فشار نمی باشد و غذا با نیروی جاذبه و ارتفاع 45 سانتی متر به راحتی وارد معده می شود. گاهی ممکن است نیاز به کمی فشار با پیستون سرنگ باشد. بعد از غذا، سرتخت به مدت یک ساعت، 45

گاواژ در آشپزخانه بیمارستان تهیه شده و روزانه و یا هر 3 ساعت، جهت بیماران به بخش فرستاده می شود. اما زمانی که بیمار به منزل می رود اعضای خانواده بایستی بدانند چه موادی را به بیمار خود بدهند تا بیمار دچار سوء تغذیه نگردد. در زیر چند نمونه از برنامه غذایی بیماران با لوله معده معرفی گردیده است که پس از طبخ باید در مخلوط کن ریخته و آن را نرم کنید تا آماده گاواژ گردد. ضمناً مواد غذایی را برای 24 ساعت تهیه نموده و در یخچال قرار دهید و هر بار فقط مقدار موردنیاز را گرم نمایید.

گاواژ در رژیم غذایی معمولی (2000 کالری)

یکشنبه و سه شنبه ها

86 گرم برنج + 75 گرم پودر کربومس + 145 گرم گوشت قرمز + 105 گرم گوشت سفید (مرغ، ماهی) + 1 عدد تخم مرغ + 130 گرم تره جعفری خرد شده + 150 گرم گوجه فرنگی رنده شده بدون پوست و تخمه + 100 گرم هویج رنده شده + 240 گرم لوبیای سبز خرد شده + 4 عدد سیب بدون پوست و دانه (آب سیب را بگیرید) + 9 قاشق مرباخوری روغن کانولا + 1 قاشق غذاخوری عسل + 2 گرم نمک ید دار + 3 فنجان ماست (ترجیحاً نوع پروبیوتیک)

سایر روزهای هفته

86 گرم برنج + 75 گرم پودر کربومس + 215 گرم گوشت سفید (مرغ، ماهی) + 1 عدد تخم مرغ + 130 گرم تره جعفری خرد شده + 150 گرم گوجه فرنگی رنده شده بدون پوست و تخمه + 100 گرم کدو رنده شده + 240 گرم لوبیای سبز خرد شده + 4 عدد سیب بدون پوست و دانه (آب سیب را بگیرید) + 9 قاشق مرباخوری روغن کانولا + 1 قاشق غذاخوری عسل + 2 گرم نمک ید دار + 3 فنجان ماست (ترجیحاً نوع پروبیوتیک)

گاواژ رژیم غذایی پر پروتئین (2000 کالری)

یکشنبه و سه شنبه ها

86 گرم برنج + 75 گرم پودر کربومس + 190 گرم گوشت قرمز + 145 گرم گوشت سفید (مرغ، ماهی) + 1 عدد تخم مرغ + 130 گرم تره جعفری خرد شده + 150 گرم گوجه فرنگی رنده شده بدون پوست و تخمه + 100 گرم هویج رنده شده + 240 گرم لوبیای سبز خرد شده + 4 عدد سیب بدون پوست و دانه (آب سیب را بگیرید) + 9 قاشق مرباخوری روغن کانولا + 1 قاشق غذاخوری عسل + 2 گرم نمک ید دار + 3 فنجان ماست (ترجیحاً نوع پروبیوتیک)

سایر روزهای هفته

86 گرم برنج + 75 گرم پودر کربومس + 285 گرم گوشت سفید (مرغ، ماهی) + 1 عدد تخم مرغ + 130 گرم تره جعفری خرد شده + 150 گرم گوجه فرنگی رنده شده بدون پوست و تخمه + 100 گرم کدو رنده شده + 240 گرم لوبیای سبز خرد شده + 4 عدد سیب بدون پوست و دانه (آب سیب را بگیرید) + 9 قاشق مرباخوری روغن کانولا + 1 قاشق غذاخوری عسل + 2 گرم نمک ید دار + 3 فنجان ماست (ترجیحاً نوع پروبیوتیک)

گاواژ رژیم غذایی پر پتاسیم (2000 کالری)

یکشنبه و سه شنبه ها

86 گرم برنج + 75 گرم پودر کربومس + 145 گرم گوشت قرمز + 105 گرم گوشت سفید (مرغ، ماهی) + 1 عدد تخم مرغ + 130 گرم تره جعفری خرد شده + 150 گرم گوجه فرنگی رنده شده بدون پوست و تخمه + 100 گرم هویج رنده شده + 100 گرم کرفس خرد شده + 4 عدد سیب بدون پوست و دانه (آب سیب را بگیرید) + 9 قاشق مرباخوری روغن کانولا + 1 قاشق غذاخوری عسل + 2 گرم نمک ید دار + 3 فنجان ماست (ترجیحاً نوع پروبیوتیک)

سایر روزهای هفته

86 گرم برنج + 75 گرم پودر کربومس + 215 گرم گوشت سفید (مرغ، ماهی) + 1 عدد تخم مرغ + 130 گرم تره جعفری خرد شده + 150 گرم گوجه فرنگی رنده شده بدون پوست و تخمه + 100 گرم کدو رنده شده + 120 گرم اسفناج خرد شده + 4 عدد سیب بدون پوست و دانه (آب سیب را بگیرید) + 9 قاشق مرباخوری روغن کانولا + 1 قاشق غذاخوری عسل + 2 گرم نمک ید دار + 3 فنجان ماست (ترجیحاً نوع پروبیوتیک)

گاواژ رژیم غذایی دیابتی (2000 کالری)

یکشنبه و سه شنبه ها

87 گرم برنج + 75 گرم پودر کربومس + 145 گرم گوشت قرمز + 105 گرم گوشت سفید (مرغ، ماهی) + 1 عدد تخم مرغ + 130 گرم تره جعفری خرد شده + 150 گرم گوجه فرنگی رنده شده بدون پوست و تخمه + 100 گرم هویج رنده شده + 240 گرم لوبیای سبز خرد شده + 4 عدد سیب بدون پوست و دانه (آب سیب را بگیرید) + 9 قاشق مرباخوری روغن کانولا + 2 گرم نمک ید دار + 3 فنجان ماست (ترجیحاً نوع پروبیوتیک)

سایر روزهای هفته

87 گرم برنج + 75 گرم پودر کربومس + 215 گرم گوشت سفید (مرغ، ماهی) + 1 عدد تخم مرغ + 130 گرم تره جعفری خرد شده + 150 گرم گوجه فرنگی رنده شده بدون پوست و تخمه + 100 گرم کدو رنده شده + 240 گرم لوبیای سبز خرد شده + 4 عدد سیب بدون پوست و دانه (آب سیب را بگیرید) + 9 قاشق مرباخوری روغن کانولا + 2 گرم نمک ید دار + 3 فنجان ماست (ترجیحاً نوع پروبیوتیک)



مرکز آموزشی درمانی امین

خود مراقبتی و

روش های حمایت تغذیه ای

گوارشی گاوژ و پگ (۲)



نکته: با توجه به اینکه اضافه نمودن ماست در زمان پخت و تهیه غذا، کیفیت و طعم غذا را تغییر می دهد، زمان گاوژ و یا بین وعده های غذایی ماست را گاوژ نمایید.

• پودر کربومس حاوی کربو هیدرات می باشد که می توانید آن را از داروخانه ها تهیه نمایید.

جهت استفاده از مطالب آموزشی به سایت بیمارستان مراجعه فرمایید.

www.amin.mui.ac.ir

شناسنامه پمفلت آموزشی	
موضوع	خود مراقبتی و روش های حمایت تغذیه ای گوارشی گاوژ و پگ (۲)
تهیه کننده	واحد آموزش سلامت
تأیید کننده علمی	آقای دکتر کاظمیان خانم سلطانی
سمت	فوق تخصص مراقبت های ویژه کارشناس ارشد تغذیه
تاریخ تهیه	1402
کد پمفلت	Pe-icu - 17

منبع : برونر و سودارث

طرز تهیه مواد غذایی فوق

1- ابتدا مواد غذایی از جمله برنج، گوشت قرمز، گوشت سفید (مرغ، ماهی)، تره جعفری خرد شده و لوبیای سبز خرد شده و یا هویج (در رژیم پر پتاسیم اسفناج) را بگذارید خوب بپزد، سپس با تأخیر تخم مرغ، کدو و آب گوجه فرنگی را به آن اضافه نمایید.

2- سپس آن را در مخلوط کن ریخته تا مخلوط شود.

3- پس از کمی سرد شدن، آب سیب و عسل را اضافه کنید و از یک صافی فلزی عبور دهید تا ترکیبات درشت آن گرفته شود. (در رژیم دیابتی عسل حذف گردیده است).

4- در این زمان روغن کانولا و پودر کربومس را به آن اضافه نمایید.

5- آن گاه این مخلوط را درون ظرف شیشه ای مدرج بریزید و با آب جوش سرد شده، حجم آن را به 2000 سی سی برسانید.

6- بنا به تحمل بیمار، این محلول را هر 2 ساعت یک بار و هر بار 222 سی سی و یا هر 3 ساعت یک بار، هر بار 286 سی سی به بیمار گاوژ کنید. مدت هر بار گاوژ باید بین 15-10 دقیقه طول بکشد، به عبارتی مایع به آرامی وارد لوله و دستگاه گوارش بیمار گردد.

7- ساعات گاوژ 2 ساعته: 6 صبح -8-10-12-14-16-18-20-22 می باشد. (9 نوبت)

8- ساعات گاوژ 3 ساعته: 6 صبح -9-12-15-18-21-24 می باشد. (7 نوبت)

• به حجم رساندن دقیق گاوژ بسیار مهم است، زیرا هر سی سی آن باید 1 کیلوکالری انرژی دهد.

• آبی که ابتدا و انتهای گاوژ بکار می برید، جزء این 2000 سی سی محسوب نمی شود.