

# PORADNIK DLA PACJENTÓW I ICH RODZIN PO ZAŁOŻENIU PEG

(Przezskórna Endoskopowa Gastrostomia)

## 1. OGÓLNE INFORMACJE O PEG

PEG (przezskórna endoskopowa gastrostomia) to specjalna rurka wprowadzona przez skórę do żołądka. Dzięki niej pacjent może otrzymywać jedzenie, płyny i leki bez konieczności połykania.

### Dlaczego zakłada się PEG?

PEG jest stosowany u osób, które mają trudności z jedzeniem doustnym, na przykład po udarach, w chorobach neurologicznych, nowotworach głowy i szyi lub w ciężkich stanach przewlekłych. Może być założony na kilka miesięcy, a nawet lat, w zależności od potrzeb pacjenta.

### Jak działa żywienie przez PEG?

Dzięki PEG można dostarczać pełnowartościowe posiłki w formie płynnej, a także wodę i leki. Do żywienia przez PEG stosuje się gotowe diety przemysłowe, które zapewniają odpowiednią wartość odżywczą i bezpieczeństwo mikrobiologiczne. Żywienie tą metodą zapewnia wszystkie niezbędne składniki odżywcze, pomaga uniknąć niedożywienia i odwodnienia oraz ułatwia podawanie leków, jeśli pacjent nie może ich połączyć.

## 2. PIELĘGNACJA W PIERWSZYCH 14 DNIACH

Przed każdą pielęgnacją PEG oraz przed podawaniem pokarmu i leków należy dokładnie umyć ręce ciepłą wodą z mydłem lub zdezynfekować je środkiem na bazie alkoholu. Pozwala to zmniejszyć ryzyko zakażeń i powikłań. Po założeniu PEG skóra wokół rurki potrzebuje czasu na wygojenie. Aby uniknąć infekcji i innych problemów, należy przestrzegać kilku zasad.

### Pierwsze 3 dni:

- Codziennie przemywać skórę wokół PEG`a preparatem odkażającym (np. Octenisept, Prontosan...).
- Zmieniać opatrunek raz dziennie lub częściej, jeśli się zabrudzi (opatrunek rozcięty do połowy – w kształt litery „Y”).
- Możliwe jest lekkie zaczerwienienie lub niewielka ilość wydzieliny – to normalne.

### Dzień 4-6:

- Rozpocząć delikatne obracanie PEG (180° raz dziennie), aby zapobiec przyrośnięciu.
- Stosować pozostałe zalecenia jak w pierwszych 3 dniach.

### Dzień 7-14:

- Dodatkowo rozpocząć wsuwanie i podciąganie PEG (1-2 cm w górę i w dół raz dziennie), aby zapobiec przyrośnięciu płytki PEG znajdującej się w środku żołądka. Jeśli wsuwanie sprawia trudność, należy skonsultować się z lekarzem.
- Jeśli skóra jest sucha i bez wycieku, nie trzeba już stosować opatrunków. W przypadku podrażnień lub wilgoci wokół stomii można zastosować specjalne opatrunki ochronne, które pomagają zapobiegać otarciom i zmniejszają ryzyko infekcji.

## 3. PIELĘGNACJA PO 14 DNIACH

Po pełnym wygojeniu stomii należy dbać o PEG na co dzień, aby uniknąć powikłań.

- Myć skórę wodą z mydłem codziennie. Nie stosować preparatów odkażających chyba że lekarz lub pielęgniarka zaleca inaczej.
- Obracać PEG o 180° oraz wsunąć i podciągnąć rurkę raz dziennie.
- Nie stosować opatrunków, jeśli skóra jest zdrowa i sucha.
- Przepłukiwać PEG (min. 30 ml wody) przed i po każdym karmieniu oraz po podaniu leków.

## 4. ŻYWIENIE PRZEZ PEG

Przed rozpoczęciem podawania pokarmu i leków należy dokładnie umyć ręce ciepłą wodą z mydłem lub zastosować środek dezynfekujący.

### Kiedy można rozpocząć podawanie pokarmu?

Pierwsze podanie możliwe jest 6-8 godzin po założeniu PEG, jeśli lekarz nie zaleci inaczej.

### Jak podawać jedzenie?

PEG pozwala na różne sposoby podawania pokarmu:

1. Bolus (strzykawką) – pokarm wlewa się powoli strzykawką (ok. 50 ml w ciągu kilku minut). Jednorazowa podaż diety do żołądka nie powinna przekraczać 200-300 ml.
2. Grawitacyjnie (workiem) – pokarm spływa swobodnie z worka, a jego szybkość reguluje się wysokością worka. Maksymalna prędkość to 125 ml na godzinę, jednak indywidualne zalecenia lekarza mogą się różnić. Żywienie powinno trwać minimum 14-16h.
3. Pompa żywieniowa – pozwala na stopniowe podawanie pokarmu w kontrolowanej ilości (zwykle 100-125 ml/h). Żywienie powinno trwać minimum 14-16h. Zestawy stosowane do podawania diety do PEG należy wymieniać co 24h (strzykawki w przypadku bolusów, dreny w przypadku pompy lub metody grawitacyjnej), aby zapewnić odpowiednią higienę i zmniejszyć ryzyko infekcji. Przed każdym użyciem strzykawki powinny być dokładnie

przepłukany wodą. Strzykawki i dreny należy przechowywać w suchym, czystym miejscu, unikać kontaktu z powierzchniami, które mogą je zanieczyścić. W przypadku zauważenia osadu lub zmiany koloru, zestaw należy wymienić wcześniej.

### Pozycja pacjenta podczas karmienia

- Osoba leżąca – podnieść górną część ciała do min. 30° i pozostawić w tej pozycji przez 30- 60 minut po karmieniu.
- Osoba chodząca – karmienie możliwe w pozycji siedzącej lub półsiedzącej.

### Podawanie płynów

- Regularne podawanie wody zapobiega odwodnieniu.
- Można podawać wodę, herbatę, bulion lub specjalne roztwory nawadniające.
- Zawsze przepłukiwać PEG wodą przed i po karmieniu (20-50 ml). Zalecana jest woda o temperaturze pokojowej lub lekko ciepła (nie gorąca ani zimna), aby uniknąć podrażnienia błony śluzowej żołądka. W niektórych przypadkach, zgodnie z zaleceniami lekarza, można stosować inne płyny, np. roztwory elektrolitowe.

### Podawanie leków

- Najlepiej stosować leki w płynie.
- Jeśli lek jest w tabletkach, należy go rozkruszyć i rozpuścić w wodzie.
- Nie wolno podawać leków o przedłużonym uwalnianiu i kapsułek dojelitowych.
- Każdy lek podawać osobno i przepłukiwać PEG wodą po każdej dawce.

### Higiena jamy ustnej

- Nawet jeśli pacjent nie je doustnie, należy myć zęby 2 razy dziennie.

- Można stosować nawilżające spraye do jamy ustnej, aby uniknąć suchości.

#### **Przerwa nocna w karmieniu**

- Zalecana jest 6-godzinna przerwa nocna w karmieniu, aby zmniejszyć ryzyko refluksu i aspiracji.

## **5. ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW Z PEG**

### **Wypadnięcie PEG**

- Należy natychmiast powiadomić zespół żywieniowy opiekujący się pacjentem.
- Jeśli możliwe, włożyć cewnik lub cienką rurkę w otwór stomii, aby uniknąć jej zamknięcia.

### **Zatkanie PEG**

- Próbować przepłukać ciepłą wodą (20-50 ml).
- Nie stosować siły. Jeśli rurka pozostaje zatkana, można spróbować przepłukać ją ciepłą wodą z lekkim naciskiem na strzykawkę. W niektórych przypadkach można zastosować specjalne enzymatyczne płyny do udrażniania (zgodnie z zaleceniami lekarza). Jeśli to nie przynosi efektu, należy skonsultować się z lekarzem.

### **Zaczerwienienie, ból, ropa wokół PEG**

- Może być objawem infekcji – zgłosić się do lekarza.
- Przemywać wodą z mydłem, można stosować maści łagodzące (po konsultacji z lekarzem).

Poradnik został opracowany przez Zespół Żywieniowy Szpitala Miejskiego w Rzeszowie - 2025.