



## Κοινή Ορολογία Εντερικής Διατροφής κατ' Οίκον:

**Δόση εντερικής σίτισης** – Μια καθορισμένη ποσότητα φόρμουλας που παρέχεται με τον ίδιο ρυθμό όπως όταν πίνουμε κανονικά

**Συνεχής σίτιση** – Μια καθορισμένη ποσότητα φόρμουλας που παρέχεται κατά διαστήματα σε ορισμένες ώρες

**Εντερική διατροφή** – Κάθε μορφή διατροφής κατά την οποία χρησιμοποιείται το στομάχι ή το λεπτό έντερο

**Γαστροστομικός σωλήνας (ή G-tube)** – Σωλήνας ή συσκευή χαμηλού προφίλ που εισάγεται στο στομάχι μέσω του δέρματος

**Σίτιση με μέθοδο βαρύτητας** – Μια καθορισμένη ποσότητα φόρμουλας που χορηγείται μέσω συστήματος σίτισης το οποίο χρησιμοποιεί τη βαρύτητα ή σύριγγα

**Υπερκοκκίωση** – Υπερανάπτυξη ιστού γύρω από το σημείο του G-tube ή J-tube

**Νησιδικός σωλήνας (ή J-tube)** – Σωλήνας που εισάγεται απευθείας στο λεπτό έντερο

**Ρινογαστρικός σωλήνας** – Σωλήνας που εισάγεται μέσω της μύτης στο στομάχι

**Ρινονησιδικός σωλήνας** – Σωλήνας που εισάγεται μέσω της μύτης στο λεπτό έντερο

**Επαγγελματίας υγείας υποστήριξης διατροφής** – Ο επαγγελματίας υγείας που σας βοηθά να διαχειρίζεστε την Εντερική Διατροφή κατ' Οίκον π.χ. διαιτολόγος, νοσοκόμα κτλ.

**PEG (Διαδερμική Ενδοσκοπική Γαστροστομία)** – Επέμβαση για εισαγωγή σωλήνα γαστροστομίας.

## Κάρτες που διατίθενται για Εντερική Διατροφή κατ' Οίκον στο My Health Record

1. Διατροφικό πρόγραμμα HEN
2. Πρόγραμμα σίτισης
3. Εξοπλισμός HEN
4. Αντιμετώπιση προβλημάτων HEN
5. Αντιμετώπιση προβλημάτων σωλήνα σίτισης
6. Φροντίδα και διαχείριση σωλήνα σίτισης
7. Οργάνωση προμηθειών σε συνεχή βάση
8. Διάγραμμα βάρους
9. Διάγραμμα ανάπτυξης

Αν έχετε οποιοσδήποτε προτάσεις για βελτίωση των ανωτέρω, μη διστάσετε να τις συζητήσετε με τον επαγγελματία υγείας υποστήριξης διατροφής σας.

Επισκεφθείτε την ιστοσελίδα  
**ACI Nutrition Network** για  
περισσότερες πληροφορίες

[http://www.aci.health.nsw.gov.au/  
networks/nutrition](http://www.aci.health.nsw.gov.au/networks/nutrition)



**ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΚΛΙΝΙΚΗΣ ΚΑΙΝΟΤΟΜΙΑΣ**  
(AGENCY FOR CLINICAL INNOVATION)

Τηλέφωνο: 02 9464 4666

Φαξ: 02 9464 4728

Ταχυδρομείο: PO Box 699,  
Chatswood NSW 2057

# Εντερική Διατροφή κατ' Οίκον (HEN) Πληροφοριακός Οδηγός για Καταναλωτές



## Εντερική Διατροφή κατ' Οίκον

Η Εντερική Διατροφή κατ' Οίκον (Home Enteral Nutrition), που ονομάζεται μερικές φορές HEN, είναι μια μέθοδος κάλυψης των ειδικών διατροφικών αναγκών ενός ατόμου στο σπίτι. Η εξειδικευμένη διατροφική φόρμουλα παρέχει όλες τις βιταμίνες, ιχνοστοιχεία, πρωτεΐνες, υδατάνθρακες, λιπαρά και αναγκαίες θρεπτικές ουσίες που χρειάζονται οι άνθρωποι για να επιβιώσουν.

## Η Εντερική Διατροφή κατ' Οίκον μπορεί να βοηθήσει:

- Στη βελτίωση της διατροφής σας
- Στην επίτευξη όσο το δυνατόν καλύτερης υγείας
- Στην εξέλιξη και ανάπτυξή σας
- Στη θεραπευτική αγωγή σας για να αναρρώσετε από ασθένεια
- Στη διατήρηση ή αύξηση βάρους.

Αν χρειάζεστε Εντερική Διατροφή κατ' Οίκον, ή αν φροντίζετε κάποιον που χρειάζεται Εντερική Διατροφή κατ' Οίκον, αυτό το φυλλάδιο παρέχει μερικές πληροφορίες που θα σας βοηθήσουν.

Μπορείτε να πάρετε περισσότερες πληροφορίες μιλώντας με το γιατρό σας ή επαγγελματία υγείας υποστήριξης διατροφής. Ένας ειδικός ιατρός, νοσηλεύτης, διαιτολόγος ή λογοπαθολόγος μπορεί ενδεχομένως να παράσχει πιο συγκεκριμένες πληροφορίες.

## Για να είστε καλά οργανωμένοι

Για να μπορείτε να τηρείτε αρχείο σχετικά με το πώς να διαχειρίζεστε και να οργανώνετε την Εντερική Διατροφή σας κατ' Οίκον, συνιστούμε να χρησιμοποιείτε το φάκελο My Health Record (Το Αρχείο Υγείας μου) του Υπουργείου Υγείας NNO – που μπορεί να σας δοθεί από τον επαγγελματία υγείας υποστήριξης διατροφής σας. Ο φάκελος σας ανήκει και η χρήση του είναι προαιρετική.

## Γιατί να χρησιμοποιείτε το My Health Record;

- Μπορείτε να παρακολουθείτε τα ραντεβού σας
- Μπορείτε να παρακολουθείτε το πώς αισθάνεστε ή πώς τα πάτε με την Εντερική σας Διατροφή κατ' Οίκον
- Κρατάτε λεπτομέρειες όλων των επαφών με τις υπηρεσίες υγείας σε ένα μέρος
- Οι κάρτες Εντερικής Διατροφής κατ' Οίκον έχουν σχεδιαστεί για να χρησιμοποιούνται στο φάκελο My Health Record
- Μπορείτε να παρακολουθείτε το βάρος σας σε διαγράμματα ή πίνακες
- Είστε σε θέση να κρατάτε αρχείο της φόρμουλας και του εξοπλισμού που χρησιμοποιείτε και πώς να αποκτάτε αυτό τον εξοπλισμό.

## Έχετε το δικαίωμα:

- Να σας συμπεριφέρονται με ευγένεια και σεβασμό
- Να ενημερώνεστε σχετικά με τις μεθόδους θεραπευτικής αγωγής, το κόστος και τις υπηρεσίες
- Να τηρούνται εμπιστευτικά τα προσωπικά σας δεδομένα
- Να συμμετέχετε σε αποφάσεις που αφορούν τη φροντίδα σας
- Να σας εξηγούν τη θεραπευτική αγωγή και τυχόν κινδύνους πριν δώσετε συγκατάθεση.

## Έχετε υποχρέωση:

- Να απαντάτε ειλικρινά σε ερωτήσεις σχετικά με την υγεία σας
- Να συμμορφώνεστε με την ενδεδειγμένη θεραπεία
- Να φροντίζετε οποιοδήποτε εξοπλισμό που παρέχεται σε εσάς ή στο άτομο που φροντίζετε
- Να επικοινωνείτε με τον επαγγελματία υγείας υποστήριξης διατροφής σας αν έχετε απορίες, ανησυχίες ή δυσκολίες με τη φροντίδα HEN σας.



## ΕΠΙΠΛΕΟΝ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ

### Δυσκοιλιότητα

- Αυξήστε την ποσότητα νερού που πίνετε/δίνετε σε κάθε γεύμα – διαμοιράζοντάς την ομοιόμορφα σε κάθε γεύμα
- Συζητήστε προβλήματα δυσκοιλιότητας με το γιατρό σας: μπορεί να σας συστήσει ένα ήπιο καθαρτικό

### Διάρροια

- Δίνετε την τροφή πιο αργά ώστε να διατίθεται περισσότερος χρόνος για την απορρόφησή της
- Βεβαιωθείτε ότι πλένετε τα χέρια σας πριν και μετά το χειρισμό των τροφών και αποθηκεύετε τη φόρμουλα όπως σας συνέστησε ο επαγγελματίας υγείας διατροφής σας
- Ρωτήστε το γιατρό σας αν σας δίνονται φάρμακα που θα μπορούσαν να επιδεινώσουν τη διάρροια.

### Αφυδάτωση

Αφυδάτωση μπορεί να προκληθεί αν υπάρχει συνεχιζόμενη διάρροια ή/και εμετός, πυρετός που διαρκεί περισσότερο από 24 ώρες, δεν λαμβάνετε αρκετά υγρά ή παίρνετε διουρητικά φάρμακα.

Ζητήστε συμβουλή γιατρού αν έχετε οποιοδήποτε ενδείξεις αφυδάτωσης, όπως ξηρά ή σκασμένα χείλη/στόμα, απώλεια βάρους, πυρετό, πονοκέφαλο, μειωμένη ούρηση.

### Στομαχική Δυσφορία

(Ναυτία, εμετός, φούσκωση, ρέψιμο ή καούρα)

- Δίνετε την τροφή λίγο πιο αργά
- Καθίστε σχηματίζοντας γωνία μεγαλύτερη από 30° ενώ ταΐζετε ή τρώτε, και για 30 λεπτά μετά το τάισμα
- Αν ο εμετός συνεχίζεται, σταματήστε να ταΐζετε ή να τρώτε και ζητήστε συμβουλή γιατρού.