

TEKUTÁ ENTERÁLNÍ VÝŽIVA K POPÍJENÍ. SIPPING.

Materiál pro pacienty, leden 2012

Sipping znamená pravidelné popíjení tekutých přípravků pro výživu s kompletním obsahem všech nezbytných živin. Cílem jejich užívání je doplnit příjem stravy, pokud tento sám o sobě nestačí k zajištění kvalitní výživy.

Tab.1. Výhody tekuté výživy k popíjení (sippingu)

- vysoký obsah energie a bílkovin v malém objemu
- přítomnost všech vitamínů a stopových prvků ve zvýšeném množství
- obsah všech živin je přesně stanoven
- dobrá vstřebatelnost
- rychlá dostupnost k okamžitému použití
- možnost užívání při postižení dutiny ústní, chrupu a polykání
- široký výběr příchutí a typů přípravků
- většina přípravků neobsahuje laktózu ani lepek
- při správném užívání dochází ke zvýšení celkového příjmu energie, bílkovin a vitamínů
- přípravky je možno v lékárně zakoupit za plnou cenu i bez receptu
- nutriční ambulance může předepsat přípravky na recept s částečnou úhradou pojišťovny

U onkologických pacientů je užívání přípravků tekuté výživy formou popíjení na místě všude tam, kde má pacient riziko podvýživy.

Na prvním místě však vždy předchází snaha o zajištění přirozené stravy s vysokou výživovou hodnotou ve všech složkách. Podrobné zásady výživné stravy při onkologickém onemocnění jsou uvedeny v tištěných materiálech a je možno je požadovat od nutričních terapeutů a v nutričních ambulancích.

Tab.2. Nemocní s rizikem podvýživy při nádorovém onemocnění

- předcházející nechtěné zhubnutí o více než 3–6 kg za posledních 6 měsíců
- sklon k hubnutí v současnosti
- nízký příjem stravy (méně než 75 % proti dřívějšímu obvyklému dennímu množství stravy)
- nechutenství, přetrvávající snížení chuti k jídlu
- pocit časného nasycení nebo přetrvávající nevolnost
- porucha vnímání chutí jídla, špatné rozlišování chutí
- potíže s příjmem stravy v dutině ústní (špatný chrup, bolestivé sliznice, opakující se afty)
- porucha polykání (buď v oblasti krku nebo níže v oblasti jícnu)
- nízká tělesná hmotnost provázená tělesnou slabostí
- ztráta svalové hmoty (i když nemocný nehubne)
- celková tělesná slabost, pocit nedostatku energie
- příprava před větší operací pro nádor zaživačícího systému (5-7 dnů), i když nemocný dobře jí
- příprava na jiné operační zákroky, pokud má nemocný nízký příjem stravy
- zahájení náročné onkologické léčby, kdy je velké riziko zhubnutí

Hlavním cílem výživy při léčbě nádorového onemocnění je udržet tělesnou hmotnost a výkonnost pacienta, což znamená především zabránit hubnutí a celkovému oslabení organismu v průběhu léčby.

Tohoto cíle je možno dosáhnout jen při pravidelném každodenním užívání doporučeného množství přípravku. Pacient by se měl snažit dodržet léčebnou dávku podobně jako u předepsaných léků.

Při užívání tekuté výživy k popíjení je třeba dodržovat zásady správného užívání sippingu.

Tab.3. Zásady správného užívání tekuté výživy formou sippingu

- přípravek je doplňkem výživy s kompletním složením živin, ale základem zůstává strava
- nechte si vysvětlit důvod podávání tohoto nutričního doplňku a jeho výhody
- požadujte informaci o složení a výživové hodnotě přípravku
- většina přípravků má v malém objemu vysoký obsah energie, bílkovin a vitamínů
- přípravek užívejte pravidelně každý den, snažte se dodržet doporučenou dávku
- popíjejte přípravek po malých jednotlivých dávkách (po 50 ml = ¼ balení obvyklé velikosti)
- na počátku nebo při nesnášenlivosti užívejte po doušcích nebo polévkových lžících (15 ml)
- ve většině případů není vhodné vypít celé balení naráz (riziko zažívacích potíží)
- užívejte mezi jídly a po jídlech, navíc ke stravě, jako doplnění a obohacení stravy
- popíjejte tekutou výživu tak, aby nedocházelo ke snižování příjmu přirozené stravy
- pro příjem této výživy využívejte také večerní a případně i noční dobu
- střídejte přípravky různé příchuti
- požadujte už v lékárně vydání různých příchutí předepsaného (doporučeného) přípravku
- využijte i přípravky neutrální chuti (bez příchuti), které si případně můžete ochutit sami
- využijte džusové formy, bez tuku (tyto však mají malý obsah bílkovin)
- pokud zvládnete vypít jen malé množství, požadujte více koncentrovaný přípravek
- pro zpestření může být někdy výhodné přidávat tekutou výživu do potravin (podle receptů)
- tekutý přípravek je možno zahustit do podoby krému pomocí instantního zahušřovačla
- nově se objevují již hotové přípravky v podobě krému
- u dobře kompenzovaných diabetiků může být podáván nediabetický přípravek
- většině nemocných vyhovuje chlazený přípravek (z lednice)
- zaznamenávejte si, jaké množství přípravku jste skutečně využili/a (za den, za týden)
- účinek na zlepšení tělesné hmotnosti můžete očekávat jen při pravidelném užívání každý den
- pokud nesnášíte jeden typ přípravku, snažte se vyzkoušet jiný typ
- pokud sipping skutečně nesnášíte, poraďte se s lékařem nebo nutričním terapeutem

Tab.4. Cíl léčby pomocí přípravků tekuté výživy. Účinek sippingu

- hlavním cílem sippingu je udržet tělesnou hmotnost (zabránit hubnutí při onkologické léčbě)
- v příznivých případech nemocný po předcházejícím zhubnutí přibere na váze
- účinek je lepší, pokud pacient začne s užíváním výživy včas a užívání je pravidelné
- příznivý účinek se může projevit jen zvýšením výkonnosti (energie), bez nárůstu hmotnosti
- účinek sippingu se může projevit lepší snášenlivostí onkologické léčby (méně komplikací)
- v optimálním případě dochází ke zlepšení celkového výsledku léčby nádoru

Tab.5. Rozdělení přípravků do skupin podle jejich obsahu a vlastností

Druh přípravku (kategorie)	Charakteristika
Běžné typy přípravků	výhodou je nižší cena při dobrém obsahu živin
Džusový typ	neobsahují tuk, ale mají málo bílkovin
S vysokým obsahem bílkovin	obsah bílkovin většinou kolem 20 g/balení
Vysoce koncentrované	zvýšený obsah živin v malém objemu
Konzistence krému	je možno vyzkoušet při průjmu po tekutých přípravcích
S obsahem vlákniny	vhodné při střevních potížích (zácpa nebo průjem)
Pro diabetiky	nutné pouze pro špatně kompenzované diabetiky
Přípravky speciálního složení	obohacené o vitamíny, omega-3 kyseliny apod.