

GASTROSTOMÍA CUIDADOS Y ALIMENTACIÓN

REVISIONES Y CUIDADOS

No hacen falta revisiones ni cuidados especiales, solo limpieza diaria de la zona alrededor de la sonda, igual que el resto del cuerpo. Los primeros días cuando es reciente la colocación de la sonda se puede usar algún antiséptico tipo Betadine, pero pasado ese periodo, limpieza normal con suavidad, con agua y jabón, las toallitas húmedas de bebés son ideales, en la ducha ningún problema con agua y gel.

Para poner entre la piel y el tope yo uso unos aros circulares de algodón (de desmaquillar) a los que le hago un corte en Y para rodear la sonda y evitar irritaciones por rozamiento, y porque, a veces, sobre todo si el tope no está bien ajustado, o si el balón se vació un poco, puede salir un poquito de líquido por los bordes, pero muy poco eh?

El balón se llena con agua destilada, ni aire, ni suero fisiológico (unos 10cc., cada sonda lleva impresa el volumen necesario). Es recomendable comprobar cada 8 o 9 semanas que tenga suficiente, porque suele ir perdiendo y sin balón inflado la sonda se puede salir fácilmente (a mi, 2 veces).

Si se sale tampoco hay mayor problema, solo que puedes mancharte un poco. Con cuidado debes desinflar de todo el balón, separar el tope, introducir de nuevo y volver a llenar el balón (de momento con aire porque no tendrás a mano agua destilada), y ajustar el tope. Sabiendo esto te evitas un susto y salir corriendo al médico o llamar ambulancia. Lo único importante es mantener la calma, volver a introducir lo antes posible la sonda para que no se cierre el agujero. Ya con más calma se revisa con la enfermer@

QUE SE PUEDE COMER

Como os dijeron... DE TODO... incluso lo que antes no le gustaba (si hay algo).

Con una batidora potente se tritura cualquier alimento hasta obtener una textura de crema o puré ligero.

Es cierto, y ya lo comprobaréis, que hay alimentos que pasan con dificultad por la sonda, porque "engorda" demasiado la textura como el arroz, patata, algún pescado que tiene gelatina (como el bacalao).

Para hacer más fluidas las cremas, se puede añadir cualquier líquido que se quiera como puede ser agua, caldo, zumo, leche, yogur, batido energético (ahora aclararé)... o vinito, cerveza (esto es de mi cosecha...no me lo hacen así).

Y qué pasa si se atasca la sonda? que se atascará...seguro!!

Pues nada... Salvador en Burgos decía usar Coca Cola, yo digo que es más rápido usar un palillo largo (de los que se utilizan como pinchos para barbacoa) al que se ha redondeado la punta para evitar que pinche, se introduce muy lentamente y de manera muy suave hasta conseguir quitar el tapón.

Hay dos formas de pasar el alimento. Por bolo o por goteo.

Eso os lo aconsejara vuestra nutricionista y después el ajuste lo hacéis vosotros según os siente mejor como llega el alimento al estomago (más lento o más rápido). Yo desde el principio la tomo por bolo (con una jeringa grande de 100cc) y nunca he tenido problema, es lo más parecido a la ingestión por boca. Cantidad que yo tomo 300cc en cada ingesta, y otro tanto de agua.

La alimentación por goteo, que consiste en conectar a la sonda, mediante un tubo, una botella con alimento líquido ya preparado en laboratorio, (aquí no vale alimentación casera), estos preparados llevan todo lo necesario para una nutrición completa y equilibrada. Te los prescribe el médico nutricionista, y lo recoges cada mes en el hospital. Ventajas... no te falta ningún nutriente, y tienes comida gratis.

Para mi tiene de negativo que lleva más tiempo (el goteo es por gravedad) y yo tenía sensación de pesadez, pero sé que a otros compañeros les va bien también. Pensad que nosotros no tenemos ningún problema digestivo por la Ela, solo que no tragamos bien, por lo tanto, por bolo me parece más cómodo y natural. Pero que cada uno haga su elección.

También se puede hacer una alimentación "mixta", tomar batidos como complemento, por bolo (con jeringa), especialmente útil cuando estás fuera de casa. Esta es la forma que yo elegí. Por bolo, tomo cualquier alimento y completo mi alimentación con batidos energéticos que recojo en el hospital (prescrita esa pauta combinada por mi nutricionista). Mi horario de comidas es el mismo que el resto de la familia.

CAMBIOS DE SONDA

También como te dijo el médico. El primer cambio, entre 6 meses y un año, según te indiquen porque depende de la especificación del fabricante, se hace en hospital pero ambulatorio, un momento y ya te vas con la nueva para casa.

Este primer cambio lo recuerdo un poco molesto, pero tampoco insufrible. Después, los siguientes, si tenéis hospitalización a domicilio o enfermer@, cada 6 meses (+ o - depende fabricante), se cambia sin problema y fácilmente en casa, incluso el propio cuidador/a. No duele ni molesta.

