

TEKUTÁ ENTERÁLNA VÝŽIVA K POPÍJANIU SIPPING

Sipping znamená pravidelné popíjanie tekutých prípravkov pre výživu s kompletným obsahom všetkých nevyhnutných živín. Cieľom užívania sippingu je doplniť príjem stravy, pokiaľ sám o sebe nestačí k zaisteniu kvalitnej a plnohodnotnej výživy onkologického pacienta.

Výhody tekutej výživy k popíjaniu (sipping)

- Vysoký obsah energie a bielkovín v malom objeme
- Prítomnosť všetkých vitamínov a minerálnych látok a stopových prvkov vo zvýšenom množstve
- Obsah všetkých živín je presne stanovený
- Dobrá vstrebateľnosť živín
- Rýchla dostupnosť k okamžitému použitiu
- Možnosť užívania pri ťažkostiach s ústnou dutinou, s chrupom alebo prehĺtaním
- Široký výber príchuťí a typov prípravkov
- Väčšina prípravkov neobsahuje laktózu ani lepok
- Pri správnom užívaní dochádza ku zvýšeniu celkového príjmu energie, bielkovín a vitamínov
- Prípravky je možné kúpiť aj v lekárni bez receptu za plnú cenu
- Nutričná ambulancia alebo ošetrojúci lekár môže predpísať prípravky na recept s čiastočnou úhradou poisťovne

U onkologických pacientov je užívanie prípravkov tekutej výživy formou popíjania sippingu na mieste pokiaľ má pacient riziko podvýživy. Na prvom mieste je však vždy snaha o zaistenie prirodzenej stravy s vysokou výživnou hodnotou. Podrobné zásady výživnej stravy pri onkologickom ochorení sú uvedené v materiáloch a je možné ich vyžiadať od nutričného terapeuta alebo u Vášho ošetrojúceho lekára.

Pacienti s rizikom podvýživy pri onkologickom ochorení

- Predchádzajúce nechcené schudnutie o viac ako 3-6 kg za posledných 6 mesiacov
- Sklon k chudnutiu v súčasnosti
- Nízky príjem stravy (menej než 75% oproti predchádzajúcemu obvyklému príjmu stravy)
- Nechutenstvo, pretrvávajúce zníženie chuti do jedla
- Pocit včasného nasýtenia alebo pretrvávajúca nevoľnosť
- Porucha vnímania chuti jedla, horšie rozlišovanie chuti jedla
- Ťažkosti s príjmom stravy v ústnej dutine (horší chrup, bolestivé sliznice, opakujúce sa afty)
- Porucha prehĺtania (buď v oblasti krku alebo v oblasti pažeráka)
- Nízka telesná hmotnosť sprevádzaná telesnou slabosťou
- Strata svalovej hmoty (aj keď pacient nechudne)
- Celková telesná slabosť, pocit nedostatku energie
- Príprava pred operáciou tumoru tráviaceho traktu (5-7 dní) aj keď pacient dobre je
- Príprava na iné operačné zákroky, pokiaľ má pacient nízky príjem stravy
- Zahájenie náročnej onkologickej liečby, kde je zvýšené riziko redukcie telesnej hmotnosti

Hlavným cieľom výživy pri liečbe onkologického ochorenia je udržať telesnú hmotnosť a výkonnosť pacienta, čo znamená predovšetkým zabrániť chudnutiu a celkovému oslabeniu organizmu v priebehu liečby. V prípade že sa nedarí zabezpečiť dostatočný príjem energie a živín bežnou stravou, je možné toho docieľiť užívaním sippingu. Je však dôležité každodenné a pravidelné užívanie prípravkov. Pacient by sa mal snažiť zodpovedne dodržať liečebnú dávku sippingu (podobne ako u liekov)

Zásady správneho užívania tekutej výživy formou sippingu

- Prípravok je doplnkom výživy s kompletným zložením živín, ale základom ostáva strava
- Nechajte si vysvetliť dôvod podania nutričného doplnku a jeho výhody
- Požiadajte informáciu o zložení a výživovej hodnote prípravku
- Väčšina prípravkov má v malom objeme vysoký obsah energie, bielkovín a vitamínov
- Prípravok užívajte každý deň, snažte sa dodržať doporučenú dávku
- Popíjajte prípravok po malých jednotlivých dávkach (po 50 ml = ¼ balenia obvyklej veľkosti)
- Na začiatku alebo pri neznášanlivosti užívajte po dúškoch alebo polievkových lyžiciach (15 ml)
- Vo väčšine prípadov nie je vhodné vypiť celé balenie naraz (riziko tráviacich ťažkostí)
- Užívajte prípravky medzi jedlami a po jedle, navyše ku strave, ako doplnenie a obohatenie stravy
- Popíjajte tekutú výživu tak, aby nedošlo ku zníženiu príjmu prirodzenej stravy
- Pre príjem tejto výživy využívajte večernú prípadne aj neskorú večernú dobu
- Striedajte prípravky rôznych príchuť
- Využívajte aj prípravky neutrálnej chuti (bez príchute), ktoré si môžete ochutiť sami
- Využívajte aj džúsové formy, bez tuku (tieto však majú malý obsah bielkovín)
- Pokiaľ dokážete vypiť len malé množstvo, vypýtajte si viac koncentrovaný prípravok
- Pre spestrenie môžete pridávať tekutú výživu aj do potravín či hotových pokrmov
- Tekutý prípravok je možné zahustiť do podoby krému pomocou instantného zahusťovadla
- Väčšine pacientov vyhovuje chladený prípravok (z chladničky)
- Zaznamenávajte si aké množstvo prípravku ste skutočne využili/a (za deň, týždeň)
- Účinok na zlepšenie telesnej hmotnosti môžete očakávať iba pri pravidelnom dennom užívaní
- Pokiaľ neznášate jeden typ prípravku, vyskúšajte iný typ alebo inú príchuť
- Pokiaľ sipping skutočne neznášate, poraďte sa s nutričným terapeutom, lekárom alebo lekárnikom

Cieľ liečby pomocou prípravku tekutej výživy. Účinok sippingu

- Hlavným cieľom sippingu je udržať telesnú hmotnosť (zabrániť chudnutiu pri onkologickej liečbe)
- V priaznivom prípade pacient po predchádzajúcom chudnutí priberie na váhe
- Účinok je lepší pokiaľ pacient začne s užívaním sippingu včas a užívanie je pravidelné
- Priaznivý účinok sa môže prejaviť aj len zvýšením výkonnosti (energie) bez nárastu hmotnosti
- Účinok sippingu sa môže prejaviť lepšou znášanlivosťou onkologickej liečby (menej komplikácií)
- V optimálnom prípade dochádza ku zlepšeniu celkovej prognózy liečby

Rozdelenie prípravkov do skupín podľa jeho obsahu a vlastností

Druh prípravku (kategória)	Charakteristika	Produkt
Bežné typy prípravku	Výhodou je nižšia cena pri dobrom obsahu živín	Fresubin Original
Džúsový typ	Neobsahujú tuk ale majú málo bielkovín	NutriDrink Fat Free
S vysokým obsahom bielkovín	Obsah bielkovín okolo 20 g / balenie	Resource Protein Drink
Vysoko koncentrované	Zvýšený obsah živín v malom objeme	NutriDrink Compact
S obsahom vlákniny	Vhodné pri črevných ťažkostiach (hnačka/zápcha)	NutriDrink Multifibre
Pre diabetikov	Vhodné pre nekompenzovaných diabetikov	Diasip
Pre onkologických pacientov	Vyvinuté podľa nutričných potrieb pacientov	Forticare (Nutricia)