

VARSINAIS-SUOMEN SAIRAAHOITOPIIRI

NIELEMISVAIKEUS: OHJE RUOKIEN JA JUOMIEN SAKEUTTAMISEEN

Nielemisongelmien (dysfagia) yhteydessä juoman ja/tai ruuan sakeuttaminen voi olla tarpeen nielemisen turvallisuuden parantamiseksi. Sakeutettua ruokaa ja juomaa on helpompi niellä hallitusti. Tämä vähentää aspiraation (henkitorveen joutumisen) riskiä.

Sakeuttamiseen käytetään apteekista saatavia sakeuttamisvalmisteita (esim. Nutricia Nuttilis, ThickenUp). Sakeuttamisaineet on valmistettu erilaisista jauhoista ja tärkkelyksistä (esim. maissi). Ne eivät muuta ruuan ulkonäköä eivätkä vaikuta ruuan tai juoman tuoksuun tai makuun.

Kirkkaat sakeuttamisvalmisteet (pakkauksessa merkintä ”clear”) sisältävät yleensä maltodekstriiniä, ksantaanikumia ja guar gumia. Ne soveltuvat erityisesti kirkkaiden juomien tai liemien sakeuttamiseen, sillä ne eivät sameuta juomaa/ruokaa tavallisten sakeuttamisaineiden tapaan.

Sakeuttamisaine säilytetään kuivassa ja viileässä (ei jääkaapissa). Sakeuttamisvalmisteet eivät sovellu alle kolmevuotiaille. Sakeutusaineet eivät ole Kela-korvattavia. Purkki (300g) sakeutusainetta maksaa noin kymmenen euroa.

Ohjeet sakeutusaineen käyttöön:

- Aloita lisäämällä sakeuttamisaineita varovasti ja vähän kerrallaan ruokaan tai juomaan.
- Kokeile ensin veden kanssa, miten sakeuttamisaine käyttäytyy. Sekoita alkuun esimerkiksi puoli teelusikallista sakeuttamisaineita 1 desilitraan vettä. Sekoittele ainakin puolen minuutin ajan: sakeutuminen ei näy välittömästi.
- Huomaa, että sakeutettu neste tai ruoka jatkaa vähitellen sakeutumistaan useiden minuuttien ajan. Valmistu sakeutettua nestettä tai syötävää kerralla vain se määrä, jonka olet nauttimassa.
- Tutustu aina myös sakeuttamisaineen pakkauksessa löytyvään käyttöohjeeseen ja tarkista sakeuttamisaineen säilyvyys pakkausmerkinnästä.

Varsinais-Suomen sairaanhoitopiiri • www.vsshp.fi • Vaihde 02 313 0000

Tämä ohje on tarkoitettu hoitosuhteessa oleville potilaillemme.