

# Egenvård efter matstrups- eller magsäckscancerkirurgi

Jessica Ericson, leg. dietist

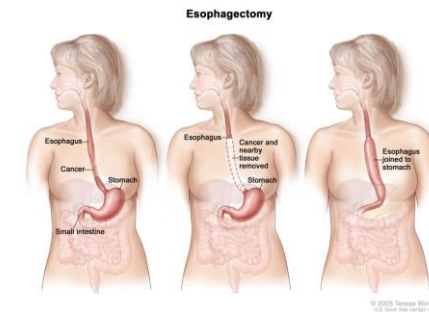


**Karolinska  
Institutet**

**KAROLINSKA**  
UNIVERSITETSSJUKHUSET

# Sväljningssvårigheter

- Vanligare efter anastomosläckage
- Koppling (anastomos) eller nedre magmun
- Konsistensanpassa och energiberika maten
- Om sondmat eller näringsdropp (enteral-/parenteral nutrition) - öka mängden
- Dilatation av kopplingen (anastomosen) och/eller nedre magmunnen

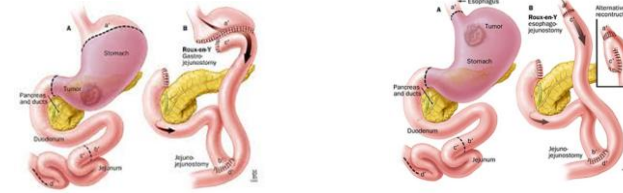


# Viktnedgång



- Tät måltidsordning; små portioner ofta
- Minska intag av fiberrika livsmedel och välj energi- och proteinrika livsmedel
- Energiberika; grädde, olja, smör, margarin, creme fraiche, majonnäs
- Kall/rumstempererad mat
- Färdigrätter
- Flytande kost; matiga soppor, frukt- och bärsoppor, yoghurt/drickyoghurt, fil, mjölk, saft/juice
- Mellanmålsmat, efterrätter, plockmat (nötter, mandlar, oliver, chips)
- Neutral mat; välling, gröt, yoghurt, filmjök, ägggrätter, bröd, kex, ris-/mannagrynsdessert

# Dumping



## Tidig dumping (10-30 minuter efter måltid)

**Symtom:** kallsvettningar, hjärtklappning, rodnad, matthet/svimfärdighet, illamående, kräkningar, buksmärtor, diarré

**Orsak:** stor mängd mat, särskilt kolhydrater, når tunntarmen för snabbt.

För att utjämna koncentrationen → vätska från blodkärlen till tunntarmen => minskad volym i blodbanan och utvidgning av tunntarmen.

## Sen dumping (1-3 timmar efter måltid)

**Symtom:** kallsvettningar, yrsel, matthet/svimfärdighet, darrningar, medvetandeförlust, hunger

**Orsak:** snabb tillförsel av en hög koncentration av kolhydrater till tunntarmen följs av snabb absorption av glukos till blodbanan.

Den höga glukosnivån i blodet resulterar i att en stor mängd insulin frisätts => hypoglykemi

# Nutritionsbehandling vid dumping

- Små frekventa måltider
- Tugga noga, äta långsamt
- Separera mat och dryck
- Minska intag av flytande kost, välja ”torr mat”
- Minska mängden enkla kolhydrater (saft, juice, frukt- eller bärsoppa, sötsaker), öka mängden komplexa kolhydrater (pasta, fullkornsbröd)
- Öka protein- och fettintag

