



Problèmes liés à la maladie de Parkinson : points essentiels pour les patients

EST-CE QUE LA MALADIE DE PARKINSON PEUT AFFECTER LA DIGESTION ?

Oui. La maladie de Parkinson peut causer un ensemble de troubles digestifs. Parfois les traitements y contribuent également. Le plus souvent, il s'agit de la maladie qui cause des lésions nerveuses au fibres contrôlant les mouvements intestinaux.

QUELLE EST LA FRÉQUENCE DES SYMPTÔMES GASTRO-INTESTINAUX DANS LA MALADIE DE PARKINSON ?

- La constipation est l'un des symptômes non moteur les plus fréquents dans la maladie de Parkinson. Il peut même s'agir du premier symptôme de la maladie. La constipation est une conséquence directe de la maladie de Parkinson. D'autres facteurs peuvent l'aggraver, notamment :
 - Diminution des apports liquidiens
 - Modifications du régime alimentaire
 - Mobilité réduite
 - Certains médicaments
- Les ballonnements sont souvent causés par un ralentissement de la vidange de l'estomac. Cela peut également provoquer des nausées et des douleurs abdominales.
- Les nausées sont parfois des effets secondaires des traitements de la maladie de Parkinson.

EST-CE QUE LES TROUBLES GASTRO- INTESTINAUX AFFECTENT LES MÉDICAMENTS DE LA MALADIE DE PARKINSON ?

Les troubles gastro-intestinaux peuvent affecter vos traitements. Cela comprend la Lévodopa, qui est très souvent utilisé dans la maladie de Parkinson.

- Le retard de vidange de l'estomac peut freiner l'absorption. Cela se produit généralement après les repas.
- La prise alimentaire peut également interférer avec l'absorption de la Lévodopa. Parlez-en avec votre médecin pour savoir quand manger et quand prendre vos traitements.

COMMENT L'ALIMENTATION PEUT-ELLE AIDER À AMÉLIORER LES SYMPTÔMES GASTRO-INTESTINAUX DANS LA MALADIE DE PARKINSON ?

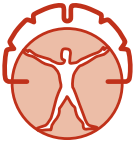
Si vous avez besoin d'aide pour gérer votre constipation, vous pouvez essayer :

- Augmenter les apports d'aliments riches en fibres, comme :
 - Fibres de son
 - Blé complet
 - Pruneaux
 - Lentilles
 - Haricots
 - Abricots
 - Boire davantage de liquides
 - Inclure des produits laitiers fermentés contenant des probiotiques, comme du yaourt, dans l'alimentation
 - Augmenter l'activité physique et l'exercice
- Si le retard de vidange gastrique est un problème, vous pouvez essayer de :
- Limiter votre consommation de fromages, de sucreries et d'aliments gras
 - Éviter les repas lourds
 - Prendre trois repas principaux par jour
 - Éviter de faire la sieste ou de dormir juste après un repas
 - Manger plus d'aliments que vous trouvez faciles à digérer

EST-CE QUE LES PRODUITS NATURELS OU LES COMPLÉMENTS DIÉTÉTIQUES PEUVENT AIDER ?

Beaucoup de gens pensent que les produits « naturels » et les compléments alimentaires sont mieux. Mais il n'y a aucune preuve qu'ils aident la maladie de Parkinson. Voilà quelques éléments à garder à l'esprit :

- Les médicaments contre la maladie de Parkinson peuvent réduire chez certaines personnes les taux de vitamines B. Les carences en vitamine B12 peuvent aggraver les symptômes de la maladie de Parkinson. Dans la majorité des cas un simple apport de vitamine peut aider.
- La vitamine D est importante pour la santé des os. Elle peut prévenir l'ostéoporose, qui constitue un problème courant et qui peut être responsable de fracture notamment chez les patients qui ont tendance à tomber. Une exposition solaire régulière est le moyen le plus naturel d'avoir un apport en vitamine D.



Problèmes liés à la maladie de Parkinson : points essentiels pour les patients

- Assurez-vous d'en parler à votre médecin si vous avez des questions concernant les produits naturels ou les compléments alimentaires.

LES MÉDICAMENTS PEUVENT-ILS AMÉLIORER LES TROUBLES GASTRO-INTESTINAUX DANS LA MALADIE DE PARKINSON ?

Si le mode de vie et les suggestions diététiques évoqués ici ne vous aident pas, assurez-vous d'en parler à votre médecin. Il existe des options médicamenteuses pour vous aider.

Parlez-en à votre médecin si vous avez des problèmes de constipation. Votre médecin pourra vous suggérer des traitements pour vous aider.

Un agent de charge, comme le Metamucil est une possibilité. Vous pouvez également essayer une préparation à base de plante, comme le Séné. Si ceux-ci ne fonctionnent pas pour vous, d'autres traitements laxatifs peuvent être prescrits. Ils peuvent être sous forme de pilule, de poudre ou de préparations liquidiennes. Les médicaments qui augmentent la motilité intestinale peuvent aussi aider.

Si vous avez des problèmes de vidange gastrique, la nourriture peut rester dans votre estomac plus longtemps qu'elle ne le devrait. Cela arrive parfois chez les personnes qui ont à la fois une maladie de Parkinson et du diabète. Si vous êtes diabétique, il est important de bien contrôler votre glycémie. L'équipe qui vous prend en charge peut vous y aider avec les médicaments adaptés, le régime alimentaire et l'activité physique.