



Гълтателни нарушения при двигателните нарушения: Важни факти за пациентите

МОГАТ ЛИ ДВИГАТЕЛНИТЕ НАРУШЕНИЯ ДА ЗАСЕГНАТ ГЪЛТАНЕТО?

Да. Ако имате двигателно нарушение, дъвкането и гълтането могат да бъдат засегнати. Когато решите да преглътнете, част от мозъка (наречена ствол) поема контрола, за да попадне храната безопасно в хранопровода и стомаха, а не в трахеята. Този процес може да е нарушен, ако имате двигателно нарушение, като Паркинсонова болест.

КОИ СА НАЙ-ЧЕСТИТЕ СИМПТОМИ ПРИ НАРУШЕНО ГЪЛТАНЕ?

Най-честите симптоми са:

- Засядане на храна в гърлото.
- Затруднено преглъщане на таблетки.
- Храна или течност попадат в трахеята (аспириране) и Ви карат да кашляте.

КОГА СЕ ПОЛУЧАВАТ ГЪЛТАТЕЛНИТЕ НАРУШЕНИЯ?

Гълтателните нарушения при хората с Паркинсонова болест стартират най-често в средата на прогресията или в късните стадии на заболяването. Гълтателните нарушения могат да започнат много по-рано при хората с други типове двигателни нарушения.

КАКВИ СА ПОСЛЕДСТВИЯТА ОТ ГЪЛТАТЕЛНИТЕ НАРУШЕНИЯ?

Гълтателните нарушения засягат различните хора в различна степен. Някои възможни последствия включват:

- Кашляне по време на хранене и пиене. Това може да причини дискомфорт при хранене с други хора.
- Изпитване на тревожност преди всяко ново хранене.
- Отказване от любими храни, които са трудни за дъвчене и преглъщане.
- Прекарване на повече време на масата по време на хранене. Докато това може да не е проблем за някои, при други може да е голямо неудобство.
- Загуба на тегло, поради недостатъчно хранене.
- Риск от развитие на пневмония, при намаляване на защитния кашличен механизъм.

КАК МОГА ДА РАЗПОЗНАЯ ГЪЛТАТЕЛНИТЕ НАРУШЕНИЯ?

По-долу са изброени няколко симптома, които ще Ви подсказват, че се касае за гълтателно нарушение:

- Храненето и пиенето Ви отнемат много време и стават притеснителни.
- Започвате да се закашляте по време на ядене (повече от веднъж седмично).
- Апетитът Ви е намалял и забелязвате постепенна промяна в диетата си.
- Налага Ви се да пиете течности по-често докато преглъщате.

Ако наблюдавате горепосочените признаци, е необходимо да ги обсъдите с лекаря си.

КАКВО МОГА ДА НАПРАВЯ, ЗА ДА УЛЕСНЯ ПРЕГЛЪЩАНЕТО?

В зависимост от проблема, има няколко неща, които можете да направите, за да стане преглъщането Ви по-лесно:

- За да избегнете внезапна аспирация на храна или течност, не говорете и не яжте (не пийте) едновременно. Ако това е предизвикателство в социалната Ви среда, опитайте се да обясните на хората, с които се храните за затрудненията, които имате.
- Ако Ви е трудно да гълтате таблетки, може да Ви е полезно да ги преглъщате с течност, която е по-гъста от водата (напр. ябълков нектар). Обърнете внимание, че трябва да избягвате да приемате таблетките заедно с млечни продукти, защото протеините могат да взаимодействат с леводопа.
- Избирайте по-кашеви и меки храни, за да улесните дъвченето и гълтането си.
- Ако се задавате винаги с последната глътка от чашата, наведете главата си в неутрална позиция или с паднала надолу брадичка преди гълтане.

С КАКВО МОГАТ ДА ВИ ПОМОГНАТ ПРОФЕСИОНАЛИСТИТЕ?

Професионалистите могат да помогнат на гълтането Ви по много начини. Речеви терапевти, невролози, диетици, сестри и психолози:

- Да Ви обучат и да Ви посъветват относно храните и/или лекарствата, които бихте гълтали по-лесно.



Гълтателни нарушения при двигателните нарушения: Важни факти за пациентите

- Да Ви покажат упражнения и техники, чрез които ще избегнете аспирация или ще подобрите гълтането си.
- Да Ви предоставят комплекс от упражнения, с който ще подобрите силата на кашлянето си.

Ако гълтателните Ви нарушения станат сериозни, Вашият лекар може да Ви посъветва да опитате хранене през сонда, за да оптимизирате приема на храна и течности.

ОБОБЩЕНИЕ:

- Проблемите с дъвкането и гълтането на храни и лекарства са чести при хората с двигателни нарушения.
- Хората с гълтателни нарушения могат да имат кашляне по време на хранене или пиене и/или затруднения при преминаването на храната надолу.
- Гълтателните нарушения често означават по-дълги хранения, ограничения в това, което може да се яде и дори пневмония.
- Споделяйте оплакванията си със своя лекар. Ще получите обучение, подкрепа и лечение.