



Poruchy prehltania pri extrapyramídových poruchách: Základné fakty pre pacientov

MÔŽU EXTRAPYRAMÍDOVÉ PORUCHY NARUŠOVAŤ PREHLTANIE?

Áno. Ak máte diagnostikovanú extrapyramídovú poruchu, môže sa Vám horšie žuvať a prehltáť. Keď sa rozhodnete prehltnúť, Váš mozgový kmeň zaistí, že sa potrava dostane bezpečne do pažeráka a žalúdka, a nie do priedušnice. V prípade, že máte extrapyramídové ochorenie, ako napríklad Parkinsonovu chorobu, môže byť tento proces narušený.

AKÉ SÚ NAJČASTEJŠIE PRÍZNAKY PORÚCH PREHLTANIA?

Najčastejšie príznaky sú:

- Uviaznutie sústa vo Vašom hrdle
- Problémy s prehltnutím liekov
- Aspirácia, t.j. vniknutie jedla alebo tekutiny do Vašej priedušnice, čo spôsobí kašeľ

KEDY SA VYSKYTUJÚ PORUCHY PREHLTANIA?

U pacientov s Parkinsonovou chorobou sa poruchy prehltania objavujú často v strednom alebo pokročilom štádiu ochorenia. Pri rôznych iných extrapyramídových ochoreniach sa však môžu vyskytovať omnoho skôr.

AKÉ SÚ NÁSLEDKY PORÚCH PREHLTANIA?

Poruchy prehltania postihujú ľudí rôzne. Medzi niektoré možné dôsledky patria:

- Kašeľ počas jedenia a pitia. Toto môže znepriemňovať stolovanie s ostatnými.
- Obavy zo stravovania
- Vynechanie niektorých obľúbených jedál, ktoré sa ťažko žujú a prehltávajú
- Dlhšie trvanie stravovania. Kým pre niektorých to nie je problém, iným to robí nepríjemnosti.
- Pokles hmotnosti, pretože nejedávate dostatočne.
- Riskovanie zápalu pľúc keď sa kašľový reflex znižuje.

AKO MÔŽEM ZISTIŤ ČI MÁM PORUHU PREHLTANIA?

Tu sú niektoré prejavy svedčiacie o tom, že máte poruchu prehltania:

- Jedenie a pitia Vám trvá dlhšie a stáva sa problematické
- Začínate kašľať počas jedenia (častejšie než raz týždenne)
- Máte zníženú chuť do jedla a všimáte si postupné zmeny vo Vašom stravovaní
- Potrebujete pri prehltaní častejšie zapíjať tekutinami

Ak spozorujete tieto príznaky, mali by ste sa o tom porozprávať s Vaším lekárom.

ČO MÔŽEM UROBIŤ ABY MI IŠLO PREHLTANIE LEPŠIE?

Je niekoľko vecí, ktoré Vám môžu uľahčiť prehltanie. Záleží od problému:

- V rámci predchádzania náhle aspirácie sústa alebo tekutiny nerozprávajte počas jedenia a pitia. Ak je to problematické pre Vaše okolie, skúste o tom povedať ľuďom, s ktorými jete, aby lepšie pochopili Vaše problémy.
- Ak sa Vám zle prehltávajú tabletky, skúste ich užiť s tekutinou, ktorá je hustejšia ako voda, napr. s jablkovým džúsom. Berte však na vedomie, že by ste sa mali vyhnúť užívaniu tabliet s mliečnymi produktami, keďže bielkoviny môžu zasahovať do príjmu levodopy
- Na to aby sa Vám žulo a prehltalo ľahšie si vyberte mäksie jedlá
- Ak Vám zvykne zabehnúť posledný hlt tekutiny z pohára, skúste si ohnúť hlavu do neutrálnej pozície alebo ju skloniť bradou nadol pred prehltnutím.

AKÍ ODBORNÍCI VÁM MÔŽU POMÔCŤ?

Môžu Vám pomôcť s prehltacími ťažkosťami rozličným spôsobom. Logopédi, neurológovia, diétni poradcovia, sestričky a gastroenterológovia:

- Vás naučia a poradia Vám ako prehltnúť jedlo alebo tabletky ľahšie
- Naučia Vás cviky alebo manévry, ktoré môžu pomôcť vyhýbať sa aspirácii alebo zosilniť Vaše prehltanie.
- Ukážu Vám cvičenia, ktoré zlepšujú Vaše odkašľanie

Ak sa Vaše ťažkosti s prehltaním stávajú výrazné, Vaši odborníci Vám môžu poradiť stravovanie sondou, čo udrží Váš príjem jedla a tekutín normálny.

ZÁVEROM:

- Problémy so žuvaním a prehltaním sú pri extrapyramídových ochoreniach časté
- Osoby s prehltacími ťažkosťami môžu mať kašeľ počas jedenia alebo pitia a/alebo ťažkosti s posúvaním potravy smerom nadol.
- Prehltacie ťažkosti často zahŕňujú dlhšie jedávanie, obmedzenia v stravovaní, alebo dokonca pnemóniu.
- Oznamte Vaše ťažkosti svojmu lekárovi. Dostupná je edukácia, podpora a liečba.