



Կուլ տալու դժվարությունները շարժողական խանգարումների ժամանակ: Էական փաստեր հիվանդների համար:

Կարող են արդյոք շարժողական խանգարումները ազդել կուլ տալու վրա?

Այո: Եթե դուք ունեք շարժողական խանգարում, դա կարող է ազդել ձեր ծամելու և կուլ տալու վրա: Երբ դուք որոշում եք կուլ տալ, ձեր ուղեղաբունը ստանձնում է դեր, համոզվելու համար, որ սնունդը ապահով հասնում է ձեր կերակրափող և ստամոքս, այլ ոչ թե շնչափող: Այս գործընթացը կարող է խափանվել, եթե դուք ունեք շարժողական խանգարում, ինչպիսին է Պարկինսոնի հիվանդությունը:

Որոնք են հաճախակի կուլ տալու խանգարման ախտանիշները?

Ամենահաճախ ախտանիշները հետևյալն են՝

- Մննդի խրվելը ձեր կոկորդում
- Հաբերի կուլ տալու դժվարություն
- Մննդի կամ հեղուկի ընկնելը շնչափող (ասպիրացիա), պատճառելով ձեզ հազ

Երբ են կուլ տալու խանգարումները տեղի ունենում?

Պարկինսոնի հիվանդությամբ մարդկանց համար կուլ տալու խանգարումները հաճախ սկսվում են իրենց հիվանդության միջին կամ ավելի ուշ փուլերում: Ինչևէ, դա կարող է սկսվել ավելի վաղ, շարժողական խանգարումների այլ տեսակների հետ:

Որոնք են կուլ տալու խանգարումների հետեվանքները?

Կուլ տալու խանգարումները տարբեր ձևով են ազդում տարբեր մարդկանց վրա: Որոշ հնարավոր հետևանքները ընդգրկում են՝

- Ուտելու կամ խմելու ընթացքում հազը: Սա կարող է մյուսների հետ ճաշելը ավելի քիչ հաճելի դարձնել:
- Չգալ ճաշելու-ժամի տազմապ:
- Հրաժարվել որոշ սիրելի ուտելիքներից, որոնք չափազանց կոշտ են ծամելու և կուլ տալու համար:
- Ավելի շատ ժամանակ անցկացնել ուտելու համար: Չնայած սա ոմանց համար խնդիր չէ, քայց որոշների մոտ կարող է անհանգստություն առաջացնել:
- Քաշի կորուստ, քանի որ դուք բավականաչափ չեք ուտում:
- Վտանգավոր է թոքաբորբի առաջացման համար, երբ հազի պաշտպանական մեխանիզմը նվազում է:

Ինչպես կարող են ես բացահայտել կուլ տալու խանգարումները?

Ահա մի քանի նշաններ, որ դուք կարող եք ունենալ կուլ տալու խանգարում՝

- Ձեր ուտելը և խմելը շատ ժամանակ են պահանջում կամ դառնում են անհանգստացնող:
- Դուք սկսում եք հազալ, երբ ուտում եք (շաբաթը 1 անգամից ավել):
- Դուք ունեք ախորժակի նվազում և նկատել եք ձեր սննդակարգի աստիճանական փոփոխություններ:
- Դուք ավելի հաճախակի հեղուկ խմելու կարիք ունեք, երբ կուլ եք տալիս սնունդը:

Եթե դուք տեսնում եք այս նշանները, պետք է խոսեք ձեր բուժաշխատողի հետ:

Ինչ կարող են անել ես կուլ տալը ավելի հեշտ դարձնելու համար?

Սրանք որոշ բաներ են, որ կարող եք անել, որպեսզի օգնեք կուլ տալը ավելի հեշտ դառնալ, կախված խնդրից՝

- Մննդի կամ հեղուկի հանկարծակի ասպիրացիան կանխելու համար, մի խոսեք և կերեք (կամ խմեք) միևնույն ժամանակ: Եթե դա մարտահրավեր է ձեր սոցիալական միջավայրում, փորձեք խոսել մարդկանց հետ, որոնց հետ ուտում եք, օգնելու նրանց հասկանալ դժվարությունը, որն ունեք:
- Եթե դժվարանում եք կուլ տալ հաբերը, կարող է օգնել ընդունել նրանց հեղուկի հետ, որն ավելի խիտ է, քան ջուրը, ինչպիսին է խնձորի այուրեն: Խնդրում ենք հաշվի առնել, որ պետք է խուսափել ընդունել ձեր հաբերը կաթնամթերքի հետ, քանի որ պրոտեինները կարող են խանգարել Լևոդոպայի ներծծումը:
- Ընտրեք ավելի փափուկ սնունդ, որպեսզի ծամելը և կուլ տալը ավելի հեշտ լինի:
- Եթե դուք հակված եք խեղդվել բաժակի վերջին կումից, կուլ տալուց առաջ գլուխը թեքեք չեզոք կամ կզակը ներքև դիրքով:



Կուլ տալու դժվարությունները շարժողական խանգարումների ժամանակ: Էական փաստեր հիվանդների համար:

Ինչ կարող են անել պրոֆեսիոնալ խնամողները օգնելու համար?

Պրոֆեսիոնալ խնամողները շատ ճանապարհներով կարող են օգնել ձեր կուլ տալու խանգարման հետ:

Խոսքի-լեզվի պաթոլոգները, նյարդաբանները, դիետոլոգները, քույրերը և հոգեբանները՝

- Կրթել և խորհուրդ տալ ձեզ մթերքների կամ հաբերի մասին, որոնք ավելի հեշտ են կուլ տալու համար:
- Մովորեցնել ձեզ վարժություններ և հնարքներ խուսափելու համար ասպիրացիայից, կամ ձեր կուլ տալը ավելի ուժեղ դարձնել:
- Ապահովել ձեզ վարժություններով, ձեր հագի ուժը լավացնելու համար:

Եթե ձեր կուլ տալու խանգարումը դառնա ծանր, ձեր պրոֆեսիոնալ խնամողը կարող է խորհուրդ տալ ձեզ խոդովակով կերակրում, ձեր սննդի և հեղուկի ընդունումը օպտիմալ պահելու համար:

Արդյունքում

- Ուտելիքը կամ հաբերը խմելու և կուլ տալու հետ կապված խնդիրները տարածված են շարժողական խանգարումների ժամանակ:
- Կուլ տալու խնդիրներով մարդիկ կարող են ուտելիս և խմելիս հազալ, և/կամ դժվարություն ունենալ սնունդը ընդունելու հետ:
- Կուլ տալու խնդիրները հաճախ բերում են ավելի երկար ուտելուն, սահմանափակել, թե ինչ կարող ես ուտել կամ նույնիսկ թոքաբորբի:
- Հաղորդիր քո կուլ տալու գանգատները քո առողջապահական թիմին: Կրթությունը, աջակցությունը և բուժումը հասանելի են: