



Kesulitan menelan pada penyakit dengan gangguan gerak: Fakta penting bagi pasien

BISAKAH GANGGUAN GERAKAN MEMENGARUHI MENELAN?

Iya. Jika Anda memiliki gangguan gerakan, dapat memengaruhi Anda mengunyah dan menelan. Ketika Anda memutuskan untuk menelan, batang otak Anda mengambil alih untuk memastikan bahwa makanan sampai dengan selamat di kerongkongan dan perut Anda, bukan tenggorokan Anda. Proses ini dapat terganggu jika Anda mengalami gangguan gerakan, seperti penyakit Parkinson.

APA GEJALA GANGGUAN MENELAN YANG UMUM?

Gejala yang paling umum adalah:

- Makanan tersangkut di tenggorokan Anda.
- Kesulitan menelan pil.
- Makanan atau cairan masuk ke tenggorokan Anda (aspirasi), menyebabkan Anda batuk.

KAPAN GANGGUAN MENELAN TERJADI?

Bagi orang dengan penyakit Parkinson, gangguan menelan sering kali dimulai pada tahap pertengahan atau tahap lanjut dari penyakit mereka. Namun, ini bisa dimulai lebih awal dengan jenis gangguan gerakan lainnya.

APA AKIBAT DARI GANGGUAN MENELAN?

Gangguan menelan mempengaruhi orang secara berbeda. Beberapa akibat gangguan menelan yang terjadi termasuk:

- Batuk saat makan dan minum. Ini mungkin membuat makan bersama orang lain menjadi kurang menyenangkan.
- Merasa cemas saat makan.
- Tidak bisa makan beberapa makanan favorit yang terlalu sulit untuk dikunyah dan ditelan.
- Memakan waktu lebih lama untuk waktu makan. Meskipun hal ini mungkin tidak menjadi masalah bagi beberapa orang, ini dapat menjadi gangguan bagi orang lain.
- Beran badan turun karena Anda tidak cukup makan.
- Resiko tersedang radang paru karena kurangnya mekanisme batuk

BAGAIMANA SAYA BISA MENGIDENTIFIKASI GANGGUAN MENELAN?

Berikut ini ada beberapa tanda bahwa Anda mungkin mengalami gangguan menelan:

- Makan dan minum Anda memakan waktu lama atau menjadi mengganggu.

- Anda mulai batuk saat makan (lebih dari sekali seminggu).
- Anda mengalami penurunan nafsu makan dan Anda melihat perubahan bertahap dalam diet Anda.
- Anda perlu minum cairan lebih sering saat menelan makanan Anda.

Jika Anda melihat tanda-tanda ini, Anda harus berbicara dengan dokter Anda.

APA YANG DAPAT SAYA LAKUKAN UNTUK MEMBUAT MENELAN LEBIH MUDAH?

Ada beberapa hal yang dapat Anda lakukan untuk membantu mempermudah menelan, bergantung pada masalahnya:

- Untuk mencegah aspirasi makanan atau cairan secara tiba-tiba, jangan berbicara dan makan (atau minum) pada saat yang bersamaan. Jika ini adalah tantangan dalam lingkungan sosial Anda, cobalah berbicara dengan orang yang Anda makan untuk membantu mereka memahami kesulitan yang Anda hadapi.
- Jika Anda merasa sulit menelan pil, anda dapat meminumnya dengan cairan yang lebih kental dari air, seperti saus apel mungkin membantu. Harap dicatat bahwa Anda harus menghindari mengonsumsi produk susu dengan pil Anda karena protein dapat mengganggu levodopa.
- Pilih makanan yang lebih lembut untuk dimakan agar lebih mudah mengunyah dan menelan.
- Jika Anda cenderung tersedak pada tegukan terakhir dari cangkir, tekuk kepala Anda dalam posisi netral atau dagu ke bawah sebelum menelan.

APA YANG DAPAT DILAKUKAN PENGASUH PROFESIONAL UNTUK MEMBANTU?

Pengasuh profesional dapat membantu mengatasi gangguan menelan Anda dengan berbagai cara. Ahli patologi bahasa wicara, ahli saraf, ahli diet, perawat dan psikolog:

- Mendidik dan memberi tahu Anda tentang makanan atau pil yang lebih mudah untuk ditelan.
- Ajari Anda latihan atau manuver untuk membantu menghindari aspirasi atau membuat Anda menelan lebih kuat.
- Memberi Anda latihan untuk meningkatkan kekuatan batuk Anda.

Jika gangguan menelan Anda menjadi parah, dokter Anda mungkin menyarankan Anda tentang pemberian makan lewat selang untuk menjaga asupan makanan dan cairan Anda tetap optimal.



Kesulitan menelan pada penyakit dengan gangguan gerak: Fakta penting bagi pasien

KESIMPULAN

- Masalah mengunyah dan menelan makanan atau pil sering terjadi pada penyakit gangguan gerak.
- Orang dengan gangguan menelan mungkin mengalami batuk saat makan dan minum dan / atau kesulitan menelan makanan.
- Gangguan menelan sering kali berarti makan lebih lama, jumlah makanan menjadi lebih sedikit dikonsumsi, atau bahkan pneumonia.
- Laporkan keluhan menelan Anda kepada tim perawatan kesehatan Anda sehingga bisa mendapatkan edukasi, dukungan dan pengobatan.