

---

## Zaburzenia połykania - ciężka pigułka do połknięcia

Zaburzenia połykania, nazywane często dysfagią, to problemy z transportem pokarmu z jamy ustnej do przełyku i mogą dotyczyć 3 faz połykania: ustnej, gardłowej i przełykowej. Typowymi konsekwencjami dysfagii są: niedożywienie, odwodnienie i zachłystowe zapalenie płuc. Niestety problemy z połykaniem, mimo iż mogą dotyczyć, w zależności od choroby, nawet 70% chorych, nadal nie są rozpoznawane i odpowiednio leczone.

Zaburzenia połykania mogą występować u osób z chorobami neurologicznymi (ch. Parkinsona, Alzheimerera, po udarach mózgu), po urazach czaszkowo-mózgowych, po operacjach w obszarze głowy i szyi, u chorych z nowotworami głowy i szyi. Warto podkreślić, że zaburzenia połykania mogą być objawem choroby (np. raka przełyku), jej powikłaniem (np. udaru mózgu) lub leczenia (np. radioterapii). Objawy dysfagii to kaszel w trakcie i po posiłku, odchrząkiwanie, trudności z inicjacją połknięcia, zmiana głosu po wypiciu płynów tzw. „mokry głos”, zaleganie pokarmów w jamie ustnej i gardle, wyciek śliny czy płynów przez usta, uczucie bólu przy połknięciu. Niespecyficznym objawem może być po prostu niezamierzona utrata masy ciała bądź dokonana przez pacjenta selekcja produktów ze względu na ich twardość.

Do produktów przeciwwskazanych w dysfagii należą produkty z ziarnami (np. pieczywo), nasionami (pieczywo, batony musli), kawałkami owoców (np. jogurty), z włóknami (seler naciowy, por), ścięgnami (np. mięso z tkanką łączną), liściaste (np. szpinak, nać pietruszki), twarde (np. karmelki), suche (np. ciasto), chrupkie (np. chleb, chipsy), o kulistych kształtach (np. groszek, porzeczka, jagoda). Duże znaczenie ma indywidualnie dobrana konsystencja pokarmu stałego oraz płynów przez zespół zajmujący się diagnozowaniem zaburzeń połykania: lekarza foniatrę, neurologopedę i dietetyka. Płyny mogą być zagęszczane do postaci nektaru, płynnego miodu lub puddingu przy użyciu zagęszczacza na bazie gumy ksantanowej. Przygotowanie posiłków wymaga konsultacji z dietetykiem. Podczas jedzenia niezwykle ważna jest pozycja siedząca, która powinna być utrzymana nawet 30 min po skończeniu posiłku.

---

### Adres

**źródła:** <https://dieta.wum.edu.pl/artuku%C5%82/zaburzenia-polykania-ciezka-pigulka-do-polknienia#comment-0>