

Co je dysfagie?

Dysfagie je lékařský termín pro potíže s polykáním.

Dysfagie může být způsobena širokou škálou onemocnění. Nejčastěji potížemi s polykáním trpí osoby po cévní mozkové příhodě, s Alzheimerovou chorobou, Parkinsonovou chorobou, po úrazu hlavy nebo krční páteře, s nádorovým onemocněním krku, jazyka a úst, a senioři. Ačkoli se vyskytuje častěji u starších lidí, může postihnout osoby všech věkových kategorií.

Polykání se stává obtížným, protože svaly používané ke žvýkání a polykání (rty, čelist, jazyk, patro a svaly krku) jsou slabé nebo nekoordinované. V důsledku toho se jídlo a pití mohou dostat do plic místo do žaludku.

Závažnost dysfagie se může lišit, zatímco někteří lidé mají potíže s polykáním určitých potravin, tekutin nebo slin, jiní nemohou spolknout vůbec nic.

Existují dva typy dysfagie, v závislosti na tom, která část polykacího procesu je postižena: dysfagie horního typu - orofaryngeální (porucha posunu sousta z dutiny ústní do horního jícnu, tzn. před nebo v průběhu polykání) nebo dysfagie dolního typu - ezofageální dysfagie (porucha průchodu sousta samotným jícnem, tzn. po polknutí).

Potíže s polykáním může způsobovat jak tekutá strava (např. voda, káva, polévky apod.), tak i tuhá strava (např. brambory, maso, ovoce apod.).



HLAVNÍ KOMPLIKACE DYSFAGIE

Dysfagie může způsobit vážné zdravotní komplikace, zvláště pokud není léčena a pečlivě sledována. Proto je důležité vědět, jaké komplikace mohou dysfagii provázet a jak lze jejich výskyt minimalizovat.



Nebezpečí dušení:

Při vdechnutí jídla nebo tekutin může dojít k zablokování dýchacích cest, které může vést až k udušení. Několik jednoduchých opatření, jako je změna držení těla nebo úprava konzistence nápojů a potravin, může pomoci minimalizovat riziko udušení.



Aspirační pneumonie:

Vážné následky může mít aspirace (vniknutí sousta do dýchacích cest), kdy může dojít k rozvoji aspirační pneumonie (zápalu plic). V případě těchto potíží se nebojte obrátit na svého lékaře a svůj stav s ním konzultujte.



Dehydratace:

Pro některé pacienty s dysfagií může být obtížné polykat tekutiny. **Nedodržení doporučeného denního příjmu tekutin může způsobit dehydrataci.** Pro bezpečné pití doporučujeme použít zahušťovadlo, které zvyšuje viskozitu přijímané tekutiny. O užívání zahušťovadla se poraďte se svým ošetřujícím lékařem nebo kvalifikovaným pracovníkem v oblasti klinické výživy.



Podvýživa:

Opakované problémy s polykáním a/nebo strach z dušení mohou vést k averzi k jídlu. Ztráta chuti k jídlu vám může bránit v dosažení doporučeného denního příjmu živin.

Z těchto důvodů může být jednou z komplikací také podvýživa (např. ztráta tělesné hmotnosti, slabost, únava nebo problémy s pohyblivostí).



Pokud tyto problémy zaznamenáte, nebojte se obrátit na svého lékaře. Tuto problematiku řeší klinický logoped, odborník z oblasti neurologie nebo oddělení ORL.

Jak bezpečně pít?

JAK ZMĚNIT KONZISTENCI TEKUTIN

Přidání zahušťovadla do nápojů a tekutých jídel může pomoci zpomalit proces polykání a snížit pravděpodobnost, že se tekutiny omylem dostanou do dýchacích cest.

Po smíchání s tekutinami zahušťovací prášek na bázi xantanu během několika minut zhoustne a nápoj je díky tomu bezpečný pro polykání. Resource® Thickenup Clear nemění chuť, vůni ani vzhled nápoje, takže si ho můžete vychutnávat i nadále tak, jak ho máte rádi!

Lze jej míchat s horkými, studenými, perlivými i neperlivými nápoji, jako jsou voda, džusy, mléčné výrobky, sycené nápoje a další.

Jak používat zahušťovací prášek na bázi xantanu?

Vždy dodržujte pokyny na plechovce a připravujte nápoj s viskozitou doporučenou vašim lékařem nebo nutričním terapeutem.



Použijte odměrku a naberte prášek: Doporučené dávkování a požadovanou konzistenci najdete v tabulce na obalu produktu. Použijte přiloženou dávkovací odměrku. Pro dosažení nejlepších výsledků přidejte prášek do čisté suché sklenice.



Zalijte prášek oblíbeným nápojem.



Začněte ihned míchat, dokud se prášek úplně nerozpustí.



Podávejte: Nechte odstát alespoň jednu minutu. U nápojů na bázi mléka může trvat až dvacet minut, než získají požadovanou konzistenci.

Káva Frappé



Nalijte mléko, kávu, cukr a led do nádoby.



Všechny ingredience důkladně promíchejte.



Do čisté sklenice nasypte zahušťovadlo na bázi xantanu a zalijte připraveným nápojem. Upravte konzistenci frappé.



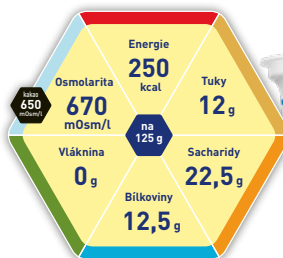
Počkejte, až dosáhne požadované konzistence a podávejte vychlazené.

INGREDIENCE:

- 120 ml mléka
- 10 g rozpustné kávy
- 10 g cukru
- 2 kopečky vanilkové zmrzliny
- Zahušťovací prášek na bázi xantanu

**resource[®]
dessert 2.0**

Výživa krémové konzistence se zvýšeným obsahem energie a bílkovin určená k požívání lžičkou.



Příchuť & SÚKL kód:

balení	4x 125 g
karamel	0217258
kakao	0217272
broskev	0217257
vanilka	0217259

Doba použitelnosti:

12 měsíců

Vhodné pro:

Dysfagii	Onemocnění vyžadující restrikci tekutin	Snížený příjem nebo zvýšená potřeba bílkovin a energie (např. úbytek svalové hmoty, rekonvalescence, onkologická onemocnění, hojení ran apod.)
----------	---	--

**ThickenUP[®]
clear**

Sypké zahušťovadlo na bázi xantanové gumy určené k zahuštění nápojů, polévek a kašovitých pokrmů za studena i za tepla.



Příchuť & SÚKL kód:

balení	1x 125 g
neutral	0033748

Doba použitelnosti:

18 měsíců

Vhodné pro:

Dysfagii

Resource[®] dessert 2.0 a Thickenup Clear jsou potraviny pro zvláštní lékařské účely. Užívají se výhradně na doporučení a pod dohledem lékaře nebo kvalifikovaného pracovníka v oblasti klinické výživy. Tento materiál je určen pro pacienty, kterým byl odborníkem ve zdravotnictví doporučen tento výrobek. Více informací naleznete na: www.nestlehealthscience.cz 03/24NHSCZ238



1.

Smíchejte a rozmixujte pevné složky jídla, které si připravujete. TIP!

Zkuste jídlo rozmixovat těsně před konzumací. Působení tepla po delší dobu může změnit viskozitu (vazkost), jak rozmixované pevné stravy, tak tekutin.

2.

Použijte zahušťovací přípravek na bázi xantanu pro zvýšení konzistence potravin a tekutin.

Pro zjemnění nebo zvláčnění pokrmu přidejte olej nebo máslo.

3.



Odstraňte všechny těžko rozmixovatelné kousky jako jsou semena, slupky, koření.



Vařte jídla (například maso) tak dlouho, dokud nejsou zcela měkká.



Před naplněním mixéru nakrájejte potraviny na malé kousky.



Potraviny mixujte po malých dávkách, aby se zabránilo vzniku hrudek.



Rozmíchané pyré přecedte přes síto, abyste odstranili zbylé hrudky nebo kousky.



U tuhých nebo sušších potravin přidejte ještě tekutiny, například mléko, smetanu, nemléčné produkty, šťávy aj.

4.

Ujistěte se, že má jídlo hladkou a jednotnou strukturu a neobsahuje žádné hrudky, což umožní bezpečné polykání.

Jezte vždy jen malá sousta a používejte nejlépe čajovou lžičku.



Život s dysfagií

Průvodce pro zvládnutí potíží s polykáním v každodenním životě