



# STROKE UTÁNI NYELÉSI NEHÉZSÉGEK

Útmutató stroke betegek,  
családtagjaik és gondozóik számára\*



Egészségügyi szakemberek által  
átadható tájékoztató füzet, azon betegek  
számára, akik stroke következtében  
nyelési nehézségekkel küzdenek.



## Kiadványunk az alábbi fontos kérdésekre ad választ:

- Mi a Stroke, hogyan érinti a nyelést?
- Milyen tüneteket és problémákat tapasztalhat stroke-ot követően, amelyek befolyásolhatják a táplálkozását, étkezését?
- Miért fontos a diszfágia felismerése és szűrése?
- Hogyan kapcsolódik a diszfágiához a testsúlyvesztés, alultápláltság és kiszáradás?
- Mi a kapcsolat a félrenyelés és a tüdőgyulladás között?
- Hogyan könnyíthető meg a nyelés?
- Kihez fordulhat segítségért, amennyiben nyelési zavarai vannak? Dietetikus és logopédus, mint segítő szakértők.
- Mi a diszfágia diétája?
- Hogyan érezheti magát biztonságban a hazatérése előtt? Felkészülés a hazatérésre
- Ötletek

### MI A STROKE?

A stroke a szívrohamhoz hasonló, csak az agyban következik be. Akkor alakul ki, ha az agy egy részének vérellátása hirtelen megszűnik valamilyen elzáródás vagy vérzés miatt. Vérellátás hiányában az érintett agyterület működése leállhat.

A stroke hatásai attól függőek, hogy az agy mely részét érintette a stroke és milyen hosszú ideig nem kapott az agyterület vért.

### HOGYAN ÉRINTHETI A STROKE A NYELÉST?

Normál esetben a nyelés különösebb gondolkodás vagy erőfeszítés nélkül megtörténik. Valójában azonban ez egy nagyon összetett folyamat, amely során az agynak mintegy 50 különféle izompár működését kell összehangolnia.

Amennyiben a stroke az agy olyan területét érinti, amely szerepet kap a nyelés irányításában, ez befolyásolhatja a rágásra és a biztonságos nyelésre való képességünket (ez az úgynevezett diszfágia).

A betegek több mint fele tapasztal nyelési nehézségeket közvetlenül a stroke után. A legtöbb esetben a nyelés 6 hónapon belül normalizálódik.

TUDTA-E ?



# MILYEN TÜNETEKET TAPASZTALHAT STROKE-OT KÖVETŐEN, AMELYEK NEHÉZSÉGEKET OKOZHATNAK TÁPLÁLKOZÁS KÖZBEN?

- Nyelési, rágási nehézségek
- A torokban akadt étel
- Köhögés vagy fulladás nyelés közben
- Sokszor kell nyelni ahhoz, hogy a száj kiürüljön
- Ételek vagy italok visszafolyása az orron vagy a szájon keresztül
- Hosszú ideig tart befejezni egy étkezést
- Krákogós, „nyákos” hang
- Nyálzás

## MIÉRT FONTOS A NYELÉSZAVAR (DISZFÁGIA) FELISMERÉSE?

A nyelészavar azért fontos, mert egyéb egészségügyi problémákhoz vezethet, úgy mint például, tüdőgyulladás, alultápláltság és kiszáradás. E mellett meggátolja az embereket abban, hogy élvezzék az étkezéseket és a társas összejöveteleket.

## TÜNETEK: SÚLYVESZTÉS, ALULTÁPLÁLTSÁG ÉS KISZÁRADÁS

A megfelelő táplálkozás és hidratáltság rendkívül fontos életünk során. Stroke után ez különösen fontos, hiszen testünk még keményebb munkát végez a gyógyulás érdekében.

A nyelési nehezítettség miatt elképzelhető, hogy az étkezések során nehézséget tapasztal. Kényelmetlennek vagy akár fájdalmasnak is találhatja a nyelést, szoronghat a fulladástól, és hosszú ideig tarthat befejezni egy-egy étkezést. Amikor elveszíti az étkezések élvezeti értékét, úgy dönthet, hogy csökkenti az étkezések számát, illetve az adagot. Idővel ez súlyvesztéshez, alultápláltsághoz és kiszáradáshoz vezethet, amelyek megnehezítik a szervezetek felépülését, gyógyulását.

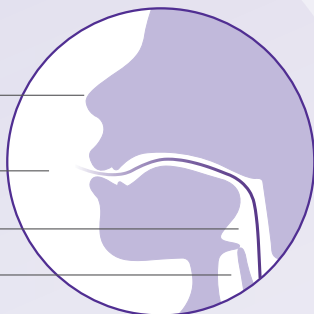
## A FÉLRENYELÉS SÚLYOS KÖVETKEZMÉNYE A TÜDŐGYULLÁS

A nyelészavarban szenvedőknél előfordulhat, hogy az étel vagy az ital véletlenül a gyomor helyett a légutakba kerül. Ezt félrenyelésnek, más szóval „aspirációnak” nevezzük.

A szervezetünk természetes reakciója a „tévútra ment” ételekkel szemben a köhögés. A stroke-on átesett embereknél azonban ez a reakció hiányozhat, így az étel vagy ital a tüdőbe kerül. Ez súlyos fertőzéshez, tüdőgyulladásához vezethet.

### Egészséges nyelés

Orr —  
Száj —  
A gyomor felé —  
A tüdő felé —



### Nyelészavar

