

# Modulární dietetika u poruch polykání



**PharmDr. Jitka Čupáková,  
Nemocniční lékárna VFN,  
OPSL, Praha**

*Problematikou modulárních dietetik se zabýval článek v minulém čísle časopisu Farmi news (1/2012). Specifickou podskupinou tohoto typu enterální výživy jsou modulární dietetika určená pro pacienty s poruchou polykání. Tato dietetika obsahují pouze jeden makronutrient a neslouží k obohacování stravy či enterální výživy. Jejich funkce spočívá v zahušťování stravy či enterální výživy, a proto je jim věnován samostatný článek.*

## Poruchy polykání

Poruchy polykání, označované často souhrnným názvem dysfagie, mají mnoho příčin a postihují celou řadu pacientů. Jedná se o stav, kdy je narušena pasáž pevných látek nebo tekutin z úst do žaludku, jehož důsledkem může být podvýživa, dehydratace nebo v nejhorším případě vniknutí stravy nebo tekutin do dýchacích cest s následným zápallem plic (tzv. aspirační pneumonie). Dysfagie se nejčastěji vyskytuje u pacientů s neurologickým či onkologickým onemocněním, a dále např. u pacientů, kteří podstoupili chirurgický výkon v oblasti krku.

Podle toho, ve které části trávicího traktu k poruše dochází, se rozlišuje dysfagie horního typu, kdy je porušen posun sousta z dutiny ústní do horního jícnu, a dysfagie dolního typu, kdy je narušen průchod sousta samotným jícnem. Toto rozdělení je zcela zásadní pro výběr stravy nebo umělé výživy, a to z důvodu její konzistence.

Dysfagie horního typu má příčinu buď přímo v dutině ústní, může jí být např. špatné otevírání úst, porušená motilita jazyka nebo je nějakým způsobem narušen samotný polykací pohyb. V prvním případě je pro usnadnění polykání vhodná co nejdříve strava, ve druhém případě je naopak žádoucí stravu a tekutiny co nejvíce zahustit. Dysfagie dolního typu pak patří k nejzávažnějším formám, u nichž se přistupuje k sondové enterální výživě podávané přímo do žaludku.

## Obecná doporučení

Lehčí formy dysfagie lze ovlivnit určitými dietními opatřeními, která mohou pomoci zlepšit polykání. Obecná doporučení se týkají nejčastěji teploty, kyselé či sladké chuti potravin a nápojů, a dále velikosti dávek potravin a frekvence jejich podávání

Chladnější teplota a kyselejší chuť potravin stimuluje citlivost v dutině ústní a tím podporují polykání. Ukázalo se jako prospěšné popíjet během jídla vychlazené nápoje, nejlépe různé

ovocné džusy, limonády apod. Oproti tomu sladká chuť jídla způsobuje nadměrné slinění, které může u pacienta s normální salivací zhoršit problémy s polykáním, na druhé straně u pacientů se suchostí v ústech mohou být sladkokyselé potraviny prospěšné. Vhodným doporučením je konzumace ochucených mléčných výrobků mezi jídly. Problémy s polykáním zhoršují také velké porce jídla. Pacient s dysfagií by měl jíst alespoň šest malých porcí za den. Pacienti, kteří netolerují tekutou stravu, by měli přijímat stravu polotekutou, např. v podobě různých kaší a rozmixovaných potravin nebo stravu obohacenou modulárními dietetiky.

## Zahušťování stravy

K zahušťování stravy se v dnešní době používají přípravky ze skupiny modulárních dietetik nazývané instantní zahušťovadla. Hlavní výhodou těchto přípravků je dosažení požadované konzistence stravy, a to do několika minut po přidání zahušťovadla, navíc jednoduchým způsobem. Instantní zahušťovadla je možno přidat nejen k nápojům a potravinám, ale také k sippingu, aniž by byla ovlivněna původní chuť. Zahuštěnou stravu lze také libovolně ohřívát nebo ochlazovat bez narušení její konzistence.

Hlavní složkou instantních zahušťovadel je modifikovaný kukuřičný škrob. V tabulce 1 jsou uvedeny nutriční hodnoty dvou přípravků, které jsou přirozeně bezlepkové, neobsahují laktózu ani cholesterol. Při výběru instantního zahušťovadla pro konkrétního pacienta je důležité zohlednit přítomnost vlákniny a obsah sodíku, v těchto parametrech se tyto dva přípravky podstatně liší.

**Tabulka 1: Instantní zahušťovadla dostupná na trhu**

Název	Sacharidy (g/100g)	Bílkoviny (g/100g)	Tuky (g/100g)	Vláknina (g/100g)	Energie (kcal/100g)	Sodík (mg/100g)
<b>Nutilis</b>	82,8	0,3	0,1	8,6	333	154
<b>Resource thicken up</b>	89	0	0	0	356	222



## Postup při úpravě stravy

Při samotné úpravě stravy je třeba sledovat tabulky na obalech instantních zahušťovadel, kde je přehledně uvedeno, kolik prášku je třeba přidat k určitému objemu nápoje, stravy nebo sippingu v závislosti na tom, jaká konzistence je pro pacienta žádoucí. Samozřejmě je důležité řídit se doporučením ošetřujícího lékaře či nutričního terapeuta, který má pacienta s dysfagií v péči. U jednotlivých přípravků jsou v SPC uvedeny také další údaje, jež je třeba při úpravě stravy zohlednit. Jedná se např. o úpravu teplých nápojů, které vyžadují vyšší množství zahušťovadla, nebo o úpravu kyselých nápojů, u nichž je spotřeba prášku nižší, než je uvedeno v tabulce. Obecně platí, že strava, nápoj nebo sipping by se měly zahustit maximálně dvě hodiny před konzumací.

## Uchovávání

Přípravky by se měly uchovat na suchém a chladném místě mimo chladničku. Po prvním otevření je třeba přípravek spotřebovat ve lhůtě deklarované konkrétním výrobcem – u přípravku Nutilis do čtyř týdnů, u přípravku Resource thicken up do osmi týdnů.

### Literatura:

- Hep A, Dolina J. Funkční poruchy horní části trávicího traktu z pohledu specialisty. *Interní medicína pro praxi* 2005;7:17–19
- Grofová Z. Výživa u poruch polykání. *Medicína pro praxi* 2008;5:399–400
- <http://www.sukl.cz/modules/medication/search.php>
- <http://www.nestle.cz/klinicka-vyziva>
- <http://www.nutulis.com/product/nutulis-powder>
- Sobotka L. *Basics in clinical nutrition*. Praha: Galén, 2011.