

COMMENT FAIRE FACE À DES PROBLÈMES DE SALIVE ?

QUELQUES CONSEILS EN CAS DE PERTE SALIVAIRE, FORMATION DE MUCUS OU EXCÈS DE SALIVE

Le personnes atteintes de SLA, en particulier sous sa forme bulbaire, souffrent souvent de problèmes de salivation. Ils ne parviennent plus à avaler leur salive.

Comment gérer aux mieux ce problème?

Nous produisons tous constamment de la salive et l'avalons par réflexe. Lorsque nous mangeons, les glandes salivaires sécrètent activement de la salive moins dense. La salive joue un rôle important dans la digestion des aliments. Elle est aussi importante pour l'hygiène buccale.

Mais pour les patients atteints de SLA, la salive pose souvent des problèmes. Nous proposons un certain nombre de conseils en cas de perte salivaire, de formation de mucus ou de salivation excessive.

Conseils d'un diététicien en cas de perte salivaire

- Éviter les boissons acides comme le jus de pamplemousse, jus d'orange ou le jus de citron.
- Évitez les aliments acides tels que la purée de fruits.
- Ajouter aux aliments acides un soupçon de crème non fouettée.
- Éviter les irritants, les herbes aromatiques fortes et les épices dans la nourriture.

Conseils d'un diététicien en cas de formation de mucus

Il est possible que les patients atteints de SLA, après l'absorption de certains aliments, souffrent de la formation de mucus.

- Évitez les aliments qui favorisent la formation de mucus: les produits laitiers doux, comme le lait, le lait chocolaté, toutes sortes de crèmes pâtisseries et de crèmes de dessert, le chocolat.
- Remplacez les produits laitiers doux par des produits au lait fermenté ; ils provoquent moins la formation de mucus. On peut citer le lait battu, les yaourts, le lait de soja, le fromage cottage et le Biogarde.

- Utilisez des aliments qui ont un effet de dilution sur le mucus, comme, par exemple, le jus d'ananas, la bière brune, le vin rouge et le thé à la camomille. Ce rincer la bouche avec ceux-ci peut également être utile.

- Se rincer la bouche avec de l'eau après les repas peut aussi aider si la formation de mucus se produit après avoir mangé ou bu.

- Si la formation de mucus se fait lors de l'utilisation d'une sonde alimentaire, rincer avec un peu d'eau peut ici aussi s'avérer utile. Parlez-en avec votre diététicien, parfois un changement dans l'alimentation par sonde peut réduire la formation de mucus.

Conseils lors de salivation excessive

L'excès de salivation (ou 'sialorrhée') est un problème assez fréquent chez les patients atteints de la SLA.

- Des médicaments sont souvent utilisés. On appelle ces médicaments des anticholinergiques (atropine, glycopyrrolate, amitriptyline, hyosciamine et scopolamine transdermique). Mais il y a peu de preuves de leur efficacité chez les patients atteints de SLA.
- Des traitements plus invasifs, tels que des injections de toxines botuliques et/ou irradiation (radiothérapie) des glandes salivaires, peuvent être envisagés si les médicaments n'aident pas.
- Un logopède peut apprendre à avaler consciemment l'excès de salive.
- Des thérapies chirurgicales peuvent également offrir une solution pour le traitement de la salivation excessive. Mais il n'existe à ce jour aucune étude scientifique à ce sujet chez les patients atteints de SLA. Les avantages sont d'éviter les effets secondaires des médicaments et les séances thérapeutiques répétées.

Voir aussi les conseils 28 et 58