

KANN ICH DURCH GEZIELTE NAHRUNGS-AUSWAHL DEN SPEICHELFLUSS UND DIE SCHLEIMBILDUNG HERABSETZEN?

Speichelfluss und Schleimbildung

Jeder Mensch produziert ständig Speichel und schluckt ihn unbewusst hinunter. Während des Essens werden die Speicheldrüsen besonders aktiv und erzeugen dünnflüssigen Speichel. Dieser hat eine große Bedeutung für die Verdauung unserer Nahrung und ist auch für die Mundhygiene wichtig. ALS-Patienten haben häufig Probleme mit dem Speichelfluss, weil sie den Speichel nicht gut hinunterschlucken können (insbesondere bei der bulbären Form der Lateralsklerose). Mit Hilfe eines Logopäden können Sie lernen, Ihren Speichel bewusst hinunterzuschlucken. Ihr Rehabilitationsarzt kann Sie über die verschiedenen Behandlungsmöglichkeiten für übermäßigen Speichelfluss informieren: durch Medikamente, Bestrahlungen oder Botulin-Injektionen.

Auf diesem Blatt finden Sie Ratschläge von Ihrem Diätassistenten.

Tipps bei übermäßigem Speichelfluss

- Vermeiden Sie saure Getränke wie Pampelmusen-, Apfelsinen- oder Zitronensaft
- Vermeiden Sie saure Speisen wie Fruchtpüree
- Wenn Sie doch sauren Speisen essen wollen, können Sie die Säure durch Hinzugeben von etwas flüssiger Sahne abmildern
- Vermeiden Sie pikante und scharfe Gewürze und Kräuter in Ihren Speisen

Tipps bei Schleimbildung

Es kann sein, dass nach dem Essen und Trinken von bestimmten Nahrungsmitteln eine unangenehme Schleimbildung auftritt.

- Vermeiden Sie Nahrungsmittel, die eine schleimbildende Wirkung haben können: Süßmilchprodukte wie Milch, Schokomilch, verschiedene Pudding- und Breisorten, Schokolade.
- Ersetzen Sie Süßmilch- durch Sauermilchprodukte, denn sie verursachen weniger Schleimbildung, zum Beispiel: Buttermilch, Joghurt, Sojamilch, Quark und Biogarde-Joghurt.
- Nehmen Sie Nahrungsmittel zu sich, die schleimlösend wirken, wie beispielsweise Ananassaft, (dunkles) Bier, Rotwein oder Kamillentee (spülen mit Kamillentee kann ebenfalls hilfreich sein).
- Wenn Sie unter Schleimbildung nach dem Essen oder Trinken leiden, kann es helfen, den Mund nach der Mahlzeit mit Wasser zu spülen.
- Wenn Sie bei der Sondenernährung Probleme mit Schleimbildung haben, kann Spülen mit Wasser hilfreich sein. Sie sollten dies mit Ihrem Diätassistenten besprechen. Manchmal kann auch eine Änderung der Sondennahrungsprodukte oder der Art und Weise der Gabe der Sondennahrung dazu führen, dass sich die Schleimbildung vermindert.

Diätassistenten für Muskelkrankheiten

Quelle: Spierziekten Nederland
ALS Centrum Nederland

ÜBERSICHT ÜBER DIE BEHANDLUNGSMÖGLICHKEITEN VON SPEICHELFLUSS BEI ALS-PATIENTEN

Zusammenfassung

Vermehrter Speichelfluss (Sialorrhoe) bzw. sabbern ist ein ziemlich häufig vorkommendes Problem bei ALS-Patienten. In dieser Übersicht beschreiben wir die möglichen Behandlungen. Die heutigen medizinischen Behandlungen sind nicht immer wirksam: Anticholinergische Medikamente (Atropin, Glycopyrrolat, Amitriptylin, Hyoscyamin und transdermales Scopolamin) werden häufig verordnet. Allerdings gibt es kaum Nachweise für ihre Wirksamkeit bei ALS-Patienten. Eingreifendere Behandlungen wie Botulintoxin-Injektionen und/oder (Röntgen-)Bestrahlungen der Speicheldrüsen können

möglicherweise erfolgen, wenn Anticholinergika nicht helfen. In dieser Übersicht gehen wir auch auf die möglichen chirurgischen Eingriffe zur Behandlung des Speichelflusses ein. Obwohl es keine spezifischen Studien für Patienten mit ALS gibt, können chirurgische Eingriffe eine gute Möglichkeit zur Behandlung des übermäßigen Speichelflusses sein, weil es weder Probleme mit der Wirksamkeit von Medikamenten noch die Notwendigkeit regelmäßiger Behandlungssitzungen gibt.

Quelle: MDLinx