

YUTMA HASTALIKLARI

Yutma güçlüğüne (Disfaji) özellikle yaşlılarda olmak üzere tüm yaş gruplarında yaygın olarak rastlanır. Disfaji terimi yemeklerin ve sıvıların ağızdan mideye geçmesi sırasında zorluk hissetmeyi ifade eder. Bu duruma çoğu tehlikeli olmayan ve geçici olan birçok faktör neden olabilir. Yutma güçlüğü nadiren tümör veya ilerleyici nörolojik hastalık gibi daha önemli patolojiye işaret eder. Kısa bir süre içerisinde yutma güçlüğü kendiliğinden iyileşmez ise kulak burun boğaz uzmanı tarafından değerlendirilmelidir.

Nasıl Yutarız?

İnsanlar katı yiyecekleri yemek sıvıları içmek ve vücudun ürettiği tükürük ve mukusu yutmak için günde yüzlerce kez yutma işlevini gerçekleştirirler. Yutma işlevinin dört fazı vardır:

- 1) Birinci faz yiyecek ve içeceklerin çiğnenerek yutmaya hazır hale getirildiği dönem.
- 2) Ağız fazı boyunca, dil yiyecek ve içecekleri ağızın arka bölümüne iterek yutma yanıtını başlatır.
- 3) Yutak fazında yiyecek ve içecekler hızlıca yutaktan yemek borusuna geçer.
- 4) Son faz olan yemek borusu fazında yiyecek ve içecekler yemek borusundan mideye geçer.

Birinci ve ikinci fazlar istemli kontrol altında oluşurken, üçüncü ve dördüncü fazlar kendiliğinden oluşur.

Yutma Hastalıklarının Nedenleri Nelerdir?

Yutma işlevi sırasındaki herhangi bir kesinti yutma güçlüğüne neden olabilir. Yutma güçlüğü sağlıklı dişler, uygun olmayan takma dişler veya soğuk algınlığı gibi basit nedenlere bağlı olabilir. Yutma güçlüğünün en yaygın nedenlerinden biri mideden yemek borusuna geri kaçıştır. Bu durum mide asitinin yemek borusundan yutağa doğru yukarı hareketinin sonucu oluşur. Diğer nedenler arasında felç, ilerleyici nörolojik hastalık, trakeostomi tüpü varlığı, hareketsiz ses teli, ağız, gırtlak veya yemek borusu tümörü ile baş boyun bölgesine uygulanan cerrahi operasyonlar sayılabilir.

Yutma Hastalıklarını Kim Değerlendirir ve Tedavi Eder?

Yutma güçlüğü inatçı ise ve nedeni bilinmiyor ise bir kulak burun boğaz uzmanı, söz konusu hastanın hikayesini ele alarak muayenesini yapacaktır.

Bu muayene, aynalar veya özel optik sistemle görüntüleme sağlayan endoskoplar kullanarak dilin arka bölümünün, boğaz ve larenksin incelenmesi yoluyla yapılır. Eğer gerekli ise yemek borusu, mide ve oniki parmak bağırsağı incelemesi, kulak burun boğaz uzmanı veya mide ve barsak hastalıkları uzmanı tarafından yapılır.

Bunun sonucuna göre baryumlu yemek borusu geçiş filmi ile yutma mekanizması fonksiyonlarının değerlendirilmesi gerekebilir.

Eğer özel patolojiler söz konusu ise, üst mide- barsak sistem filmi veya videofloroskopi ile beraber radyologla temasa geçilebilir. Böylece yutmanın her dört fazında değerlendirmesi yapılır. Değişik kıvamda yiyecek ve içecekler kullanarak ve hastaya değişik pozisyonlar verdirerek, yutma yeteneğini değerlendirilebilir. Eğer yutma gücüğü felç veya ilerleyici nörolojik hastalıklara bağılı ise nörolog tarafından değerlendirilmelidir.

Semptomlar

Yutma gücüğüünün semptomları şunlardır.

- Ağızda tükürük artışı
- Yiyecek ve içeceklerin boğaza takılması hissi
- Boğaz ve göğüste rahatsızlık hissi(Mideden yemek borusuna kaçış var ise - Reflu)
- Boğazda yabancı cisim veya parça hissi
- Uzamış veya belirgin yutma gücüğüüne bağılı yetersiz beslenme ve kilo kaybı
- Yutma sırasında kolayca geçmeyen yiyecek parçaları sıvı ve tükürüğe ve bunların akciğerlere aspire edilmesine bağılı olarak gelişen öksürük ve boğulma hissi

Mümkün Olan Tedaviler:

Neden belirlenebilmişse, yutma gücüğüü tıbbi tedavi, yutma tedavisi veya cerrahi yöntemlerle tedavi edilebilir.

Bu hastalıkların birçoğıu tıbbi tedavi ile tedavi edilebilir. Mide asit salgısını engelleyen ilaçlar kas gevşeticiler ve asit gidericiler var olan ilaçlardan birkaçıdır. Tedavi yutma hastalığıının nedenine göre düzenlenir. Mideden yemek borusuna kaçış sıklıkla beslenme ve yaşama alışkanlıklarını değıştirerek tedavi edilebilir. Örneğın :

- Hazmı kolay yiyeceklerden oluşın bir diyet ile sık aralıklarla ve az miktarlarda beslenmek
- Alkol ve kafeinden uzak durmak
- Kilo ve stresi azaltmak
- Uyku vaktinden önceki üç saat boyunca yemek yemekten sakınmak
- Geceleri yatağın başını yükseltmek.
- Eğer bunlar yardımcı olmazsa yemekler arasında ve uyku vaktinden önce asit giderici kullanmak rahatlama sağlayabilir.
- Birçok yutma hastalığı yutma tedavisinden yarar görebilir. Yutma kaslarının beraber çalışmasını sağlayan ve yutma refleksinin oluşmasını sağlayan sinirleri uyaran özel egzersizler yaptırılabilir.
- Hastalara ayrıca yutma işleminin başarılı şekilde yapılmasına yardımcı olacak vücut ve baş pozisyonlarını öğretebilir.

Yutma gücüğüü olan hastalardan bazıları yetersiz beslenme problemi ile karşılaşırılar. Mesleki terapist beslenme teknikleri hakkında hasta ve ailesine yardımcı olabilir. Bu teknikler hastayı olabildiğince bağımsız kılar. Diyetisyen veya beslenme uzmanı hasta için gerekli olan yiyecek ve içecek miktarını ve ek besinlerin gerekli olup olmadığını belirler.

Cerrahi tedavi belirli bazı problemlerin tedavisinde kullanılır. Darlık veya yapışıklık varlığında söz konusu alanın genişletilmesi gerekli olabilir. Kasların ileri derecede kasılması

varlığında ilgili kasların genişletilmesi ve hatta serbestleştirilmesi gerekli olabilir. Bu yöntem kas kesilmesi olarak adlandırılır ve kulak burun boğaz uzmanı tarafından gerçekleştirilir.

Yutma güçlüğü'nün birçok sebebi vardır. Eğer inatçı bir yutma güçlüğü'nüz varsa bir Kulak Burun Boğaz uzmanına gitmeniz gerekmektedir.