

KAN IK MET VOEDING SPEEKSELVERLIES EN SLIJMVORMING REMMEN?

Speekselverlies en vorming van slijm

Iedereen produceert voortdurend speeksel en slikt dat onbewust door. Tijdens het eten worden speekselklieren extra actief waarbij ze dun speeksel afscheiden. Speeksel heeft een belangrijke functie bij de vertering van voedsel. Het is ook voor de mondhygiëne van belang. Mensen met ALS hebben, zeker bij de bulbare vorm, vaak last van het speeksel doordat het speeksel niet goed weggeslikt kan worden. Een logopedist kan u leren het speeksel bewust weg te slikken. Uw revalidatiearts kan u uitleg geven over de behandelingsmogelijkheden van speekselvloed: medicatie, bestraling of botuline-injecties.

Op dit blad vindt u adviezen van uw diëtist.

Tips bij speekselverlies

- Vermijd zure dranken als grapefruitsap, sinaasappelsap, citroensap;
- vermijd zure voedingsmiddelen zoals vruchtenpuree;
- voeg aan zure voedingsmiddelen een scheutje ongeklopte room toe;
- vermijd prikkelende stoffen en scherpe kruiden en specerijen in uw voeding.

Tips bij vorming van slijm

Het is mogelijk dat u na het eten en drinken van sommige voedingsmiddelen last heeft van slijmvorming.

- Vermijd voedingsmiddelen die slijmvormend kunnen werken: zoete zuivelproducten als melk, chocolademelk, allerlei soorten vla en pappen, chocolade.
- Vervang zoete door zure zuivelproducten; zij veroorzaken minder slijmvorming. Voorbeelden zijn karnemelk, yoghurt, sojamelk, kwark en Biogarde.
- Gebruik voedingsmiddelen die slijmoplossend werken bijvoorbeeld ananassap, (donker) bier, rode wijn en kamillethee (hiermee spoelen kan ook al helpen).
- Als u last hebt van slijmvorming na het eten of drinken, kan het helpen uw mond na de maaltijd met water te spoelen.
- Als u last hebt van slijm bij het gebruik van sondevoeding, kan spoelen met wat water helpen. Bespreek dit met uw diëtist, soms kan een aanpassing in (de toediening) van sondevoeding de slijmvorming verminderen.

Diëtisten voor Spierziekten

Bron: **Spierziekten Nederland**
ALS Centrum Nederland

OVERZICHT VAN DE BEHANDELINGSOPTIES VAN SPEEKSELVLOED BIJ AMYOTROFISCHE LATERALE SCLEROSE

Samenvatting

Speekselvloed (sialorrhoea) of kwijlen is een vrij frequent probleem bij patiënten met amyotrofische laterale sclerose (ALS). In dit overzicht beschrijven we de mogelijke behandelingen voor dit probleem. De huidige medische aanpak is niet altijd effectief: Anticholinergische medicatie (atropine, glycopyrrolaat, amitriptyline, hyoscyamine en transdermaal scopolamine) worden vaak gebruikt, maar er is weinig bewijs voor hun effectiviteit bij patiënten met ALS. Meer invasieve behandelingen, zoals botuline toxine injecties en/of (radiotherapie) bestraling van de speekselklieren, kunnen overwo-

gen worden als anticholinergica niet helpen. In deze review onderzoeken we ook de mogelijke chirurgische opties voor de behandeling van speekselvloed. Hoewel geen specifieke studies zijn uitgevoerd bij patiënten met ALS, kunnen chirurgische therapieën een goede optie zijn voor de behandeling van speekselvloed omdat er geen problemen met medicatie respons zijn noch de behoefte aan herhaalde therapeutische sessies.

Bron: **MDLinx**