

اختلال بلع چه عارضه‌ای است و بر اثر چه عواملی بروز می‌کند؟

اختلال بلع چه عارضه‌ای است و بر اثر چه عواملی بروز می‌کند؟

اختلال بلع به مشکل در خوردن مواد غذایی و آشامیدن مایعات اطلاق می‌شود. به این صورت که انتقال مواد غذایی مایع یا جامد از دهان تا معده با مشکل روبرو می‌شود. برخی از بیماران نسبت به اختلال خود آگاهند و برخی دیگر هم خیلی محدود در مورد آن می‌دانند.

در صورت عدم تشخیص به موقع و درمان اختلال بلع (دیسفاژی)، احتمال خطر ابتلا به آسپیراسیون و پنومونی (عفونت سیستم تنفسی) ناشی از آن افزایش می‌یابد. برخی از افراد به آسپیراسیون خاموش مبتلا هستند و علائم آسپیراسیون مثل سرفه یا گلوپاک کردن را نشان می‌دهد.

در صورت عدم تشخیص اختلال بلع یا دیسفاژی ممکن است فرد دچار مشکلاتی مانند، از دست دادن آب بدن، کاهش وزن بدن و ضعف عمومی شود و کیفیت زندگی او را تحت تأثیر قرار دهد.

علائم بیماری

علائم اختلال بلع عبارتند از:

- صدای خشن یا غرغره مانند
 - گیرکردن غذا در گلو
 - بلع‌های مکرر و پشت سرهم
 - برگشت غذا از بینی یا احساس خفگی
 - سرفه و ذات‌الریه (عفونت ریه)
 - صاف کردن مکرر گلو
- در صورتی که فرد بعد از قورت دادن غذا با مشکل روبرو شود، مشکل او در مرحله عبور غذا از حلق به مری است.

دلایل بیماری

اختلال بلع در تمام سنین شایع است اما برای افراد مسن بیشتر اتفاق می‌افتد. عوامل مختلفی که سبب ایجاد این اختلال می‌شوند عبارتند از:

۱- عادت‌های بد غذا خوردن:

خوردن لقمه‌های بزرگ، سریع خوردن، ننوشیدن آب کافی هنگام خوردن غذا، خوردن در حالت دراز کشیده، مواردی هستند که می‌توانند منجر به اختلال بلع شوند.

۲- مشکلات عصب یا عضله:

اختلال بلع بر اثر مشکلات عصب یا بیماری‌هایی مانند موارد زیر می‌تواند بروز کند:

• سکته مغزی

• پارکینسون

• تحلیل عضلانی یا میاستنی گراویس

• بیماری ام اس

این بیماری‌ها مشکلاتی در اعصاب و عضلات مری ایجاد کرده و باعث می‌شوند غذا در مری گیر کند یا آهسته در مری حرکت کند.

۳- مشکلات مری:

شرایطی مانند بازگشت اسید معده به مری (رفلاکس) می تواند باعث آسیب مری شده و زخم ایجاد کند. زخم و بافت آسیب دیده باعث اختلا در باز شدن مری شده و در نتیجه منجر اختلالات بلع به وجود می آورد.

سایر اختلالات عبارتند از:

- برخی سرطانها
- بزرگی تیروئید
- بزرگی قلب که منجر به افزایش فشار مری میشود.

درمان اختلال بلع



در صورتی که سیگار می کشید و به اختلال بلع دچار هستید، لازم است حتماً برای معاینه بیشتر به یک پزشک متخصص مراجعه کنید. هر نوع اختلال بلع که به هوا، تنش، یا عادات شخصی ارتباطی نداشته باشد، باید با پزشک در میان گذاشته شود.

آرامش داشته باشید

تنش و فشار روانی می تواند باعث اختلال بلع شود. با انجام کارهایی مانند ماساژ، ورزش، نفس عمیق، یوگا، می توانید فشار را از روی گلویتان بردارید. کمپرس آب گرم بر روی گلو هم تا حدی باعث شل شدن ماهیچه های آن می شود.

هوا را مرطوب کنید

خشکی هوا مسبب بسیاری از اختلالات بلع است، بنابراین مرطوب کردن هوا می تواند راهگشا باشد. بعضی متخصصان نوشیدن روزانه لااقل هشت لیوان آب را ضروری می دانند. رطوبت هوا باید ۳۵ تا ۴۰ درصد باشد. گذاشتن دستگاہ در اتاق خواب نیز مؤثر است. گرچه در مورد تأثیر هوای مرطوب گرم یا سرد هنوز اختلافاتی وجود دارد ولی هوای خنک و مرطوب برای گلو مناسبتر می باشد.

برگشت اسید را درمان کنید

راه‌های زیادی برای کنترل رفلاکس معده وجود دارد که برخی از آنها عبارتند از:

- ترک کافئین
- کنترل مصرف الکل
- پرهیز از مصرف شکلات
- ترک سیگار

وضع بدن را معاینه کنید

گرچه ناهنجاری جسمانی به ندرت اتفاق می‌افتد، ممکن است علت احتمالی اختلال بلع تشخیص داده شود. پس با روش خوردن نمک باریم و عکس برداری یا پرتو ایکس گرفتگی احتمالی ماهیچه اسفنکتر حلق قابل تشخیص است. تنگی این ماهیچه نخست با دارو و سپس با روشی خاص برای گشاده کردن آن در مطب درمان می‌شود. در موارد شدیدتر، ماهیچه توسط جراح پاره می‌شود. گرفتاریهای مادرزادی و بیماری [دیورتیکول](#) زنکر که در آن، کیسه‌ای توسط پوشش درونی مری تشکیل می‌شود هم با روش جراحی قابل درمان است.