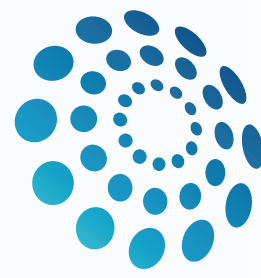


# Żywnienie pacjentów z chorobami nerwowo-mięśniowymi



## European Reference Network

for rare or low prevalence  
complex diseases

**Network**  
Neuromuscular  
Diseases  
(ERN EURO-NMD)



### Dlaczego opieka żywnieniowa jest ważna?

- Odżywianie wspiera ogólny stan zdrowia, mobilność i jakość życia.
- Pomaga zarządzać objawami, spowalnia postęp choroby i zapobiega powikłaniom.



### Wyzwania

- Zmieniony skład ciała i zapotrzebowanie energetyczne.
- Trudności z gryzieniem, połykaniem oraz funkcjonowaniem układu pokarmowego.
- Zmęczenie i obniżona sprawność fizyczna wpływająca na przygotowywanie i spożywanie posiłków.



## Znaczenie stałej opieki

Regularna ocena stanu odżywienia jest niezbędna, aby dostosować strategię do postępu choroby.



1

### Badania przesiewowe i monitorowanie

- Monitoruj objawy dysfagii (trudności z połykaniem) oraz zmiany apetytu.
- Kontroluj wagę co miesiąc lub podczas każdej wizyty w szpitalu, jeśli miesięczne monitorowanie nie jest możliwe.
- Coroczne badania krwi pod kątem poziomu witaminy D, żelaza i innych istotnych markerów żywieniowych.



2

### Ocena i diagnoza

- Ocena dysfagii.
- Przegląd spożywanych pokarmów i konsystencji posiłków.
- Zajęcie się czynnikami towarzyszącymi (np. zmęczenie, problemy oddechowe i żołądkowo-jelitowe).



### W przypadku nadwagi lub otyłości:

- Zapewnienie zbilansowanych planów posiłków i dostosowanej aktywności fizycznej.
- Badania pod kątem chorób współistniejących, takich jak insulinooporność.
- Zadbanie o dobrostan emocjonalny.

3

### Strategie postępowania

### W przypadku niedożywienia lub braku apetytu:

- Modyfikacja tekstury żywności, zwiększenie gęstości odżywczej, dbanie o nawodnienie.
- Małe, częste posiłki oraz suplementy wysokokaloryczne/wysokobiałkowe.
- Rozważenie żywienia dojelitowego, gdy jest to uzasadnione.
- Rozważenie konieczności stosowania suplementacji.

4

### Komunikacja i wsparcie

- **Współpraca pacjenta z lekarzem:** Otwarty dialog między pacjentami, opiekunami i personelem medycznym.
- **Skoordynowana opieka:** Podejście oparte na zespole wielodyscyplinarnym zapewnia kompleksowe i skuteczne leczenie.



5

### Dodatkowe kwestie związane z żywieniem

- **Choroby metaboliczne:** Zarządzanie schorzeniami takimi jak cukrzyca lub metaboliczne choroby mięśni za pomocą specjalistycznych diet.
- **Problemy żołądkowo-jelitowe:** Rozwiązywanie problemów takich jak zaparcia lub refluks poprzez zmiany w diecie i wsparcie medyczne.

6

### Zasoby

Dostęp do wytycznych klinicznych i narzędzi edukacyjnych

Zeskanuj kod, aby uzyskać  
więcej informacji i podzielić  
się nimi! (Materiały po angielsku)

