

گاهی لقمه‌ها براحتی پایین نمی‌رود



به محض این‌که یک لقمه غذا برمی‌دارد و به دهان می‌گذارد، احساس خفگی می‌کند. این حس تا حدی او را آزار می‌دهد که خوردن یک لقمه بی‌دردسر یا نوشیدن کمی آب بدون ناراحتی، بزرگ‌ترین آرزوی زندگی‌اش می‌شود.

جام جم آنلاین: به محض این‌که یک لقمه غذا برمی‌دارد و به دهان می‌گذارد، احساس خفگی می‌کند. این حس تا حدی او را آزار می‌دهد که خوردن یک لقمه بی‌دردسر یا نوشیدن کمی آب بدون ناراحتی، بزرگ‌ترین آرزوی زندگی‌اش می‌شود.

البته درک این حس برای ما که چنین مشکلی نداریم و لقمه‌های غذا را پشت سر هم در دهان می‌گذاریم و می‌خوریم، مشکل و حتی غیرقابل تصور است. اما دشواری بلع مشکلی جدی است که نیاز به درمان و رسیدگی به موقع دارد.

تا زمانی که فرآیند بلع با مشکل روبه‌رو نشود کسی به موضوع فرو دادن غذا توجه نمی‌کند و فقط وقتی به آن دقت می‌کنیم که اختلالی در خوردن و بلع ایجاد شود.

دکتر ستار جعفری، فوق‌تخصص بیماری‌های گوارش و کبد در گفت‌وگو با «جام‌جم» با اشاره به این‌که فرآیند بلع از دهان شروع می‌شود و تا تحویل غذا به معده ادامه دارد، توضیح می‌دهد: هرگونه احساس انسداد یا گیر کردن غذاهای جامد یا حتی مایعات در مسیر دهان تا معده را دشواری بلع یا دیسفاژی می‌نامند.

وی به عضلانی بودن مسیر میان دهان تا معده اشاره می‌کند و می‌گوید: این مسیر یک لوله خالی معمولی نیست و ساختمانی عضلانی دارد. بنابراین اختلال حرکتی در این مسیر هم می‌تواند موجب بروز دشواری بلع شود.

اگر فردی با این مشکل روبه‌رو شد، باید هر چه سریع‌تر به پزشک مراجعه کند. پزشک نیز براساس شرح حال بیمار می‌تواند علت را تشخیص دهد و برای بهبود وضعیت اقدام کند.

دکتر جعفری در این‌باره می‌افزاید: وقتی فردی با نشانه‌های دشواری بلع به پزشک مراجعه می‌کند، ممکن است بتازگی با این شرایط روبه‌رو شده یا این‌که دشواری بلع مزمن داشته باشد. گاهی هم بیماری پیش‌رونده است که در این وضعیت بیمار کم‌کم با مصرف مواد غذایی مایع هم دچار مشکل می‌شود.

وی با اشاره به این نکته که به طور معمول افراد نباید در زندگی عادی دشواری بلع را تجربه کنند، یادآور می‌شود: اگر مسیر بلع، طبیعی و سلامت باشد هیچ وقت چنین شرایطی ایجاد نمی‌شود. اما دشواری بلع، بخصوص در سنین بالا ممکن است به علل مختلفی بروز کند.

دشواری بلع بیماری نیست

دکتر جعفری با بیان این‌که دشواری بلع یک بیماری نیست، توضیح می‌دهد: دشواری بلع خودش بیماری نیست بلکه نشانه‌ای از یک بیماری به حساب می‌آید. بیماری‌های زمینه‌ای و مشکلات زیادی وجود دارد که می‌تواند سبب ایجاد چنین وضعیتی شود.

به گفته این پزشک متخصص، اولین کاری که باید برای تشخیص بیماری زمینه‌ای انجام شود، گرفتن شرح حال بیمار است. وی می‌افزاید: برخی از افراد از دوران کودکی با دشواری بلع روبه‌رو هستند. در این شرایط معمولاً وجود مشکلی مادرزادی در مری یا مشکلات مادرزادی عصبی علت اصلی ایجاد این وضعیت است.

با این‌که تصور می‌شود خوردن مایعات یکی از ساده‌ترین کارهاست و ما از کنایه «مثل آب خوردن» به معنی کاری سهل و آسان در محاوره‌های روزمره استفاده می‌کنیم، اما گروهی از افراد هنگام خوردن مایعات هم مشکل بلع دارند. دکتر جعفری در این‌باره می‌گوید: برخی از افراد فقط هنگام خوردن غذاهای جامد دچار این حالت می‌شوند. برای برخی هم چندان تفاوتی ندارد و هنگام مصرف مایعات هم با این مشکل روبه‌رو هستند. گروهی هم ابتدا تنها با مواد غذایی جامد مشکل دارند ولی با پیشرفت بیماری، بلع مایعات هم برایشان دردسرساز می‌شود.

وی با اشاره به این‌که چگونگی روند دشواری بلع، در تشخیص نهایی به پزشک کمک می‌کند، می‌گوید: فردی که به دلیل این مشکل

دچار کاهش وزن یا کمخونی شده است احساس می‌کند شرایط هر روز بدتر از قبل می‌شود به طوری که مصرف مایعات هم برایش دشوار است، باید بسرعت به پزشک متخصص مراجعه و به طور جدی بررسی‌های لازم را انجام دهد.

به گفته این پزشک متخصص معمولاً زمانی که دشواری بلع به طور مداوم پیشرفت کند، نشان‌دهنده وجود مشکلی فزاینده و روبه رشد است. بنابراین این نشانه‌ها گاهی حتی می‌تواند علامت خطری برای وجود تومور در حال رشد باشد.

مری با شرایط هماهنگ می‌شود

وقتی غذا می‌خوریم، مری خودش را با شرایط و نوع خوراک هماهنگ می‌کند تا غذا راحت‌تر به معده برسد و فرآیند بلع تکمیل شود. دکتر جعفری با اشاره به این نکته که در شرایط عادی مری می‌تواند تا حدود 4 سانتی‌متر گشاد شود تا لقمه غذا براحتی پایین برود، می‌گوید: وقتی قطر مری به کمتر از 2/5 سانتی‌متر برسد، هنگام مصرف جامدات با مشکل روبه‌رو می‌شویم. زمانی هم که به کمتر از 1/3 سانتی‌متر برسد، مایعات هم به سختی از آن رد می‌شود. وی با تأکید بر این نکته که این قانون برای همه افراد صادق نیست، خاطر نشان می‌کند: همان‌طور که گفته شد، مسیر بلع عضلانی است و زمانی که عضله با مشکلی درگیر باشد، بیمار در مصرف جامدات و مایعات با دشواری روبه‌روست؛ ولی اگر علت دشواری بلع، انسداد داخل لوله باشد - مثلاً تومور یا زخمی که ورم کرده است - فرد ابتدا فقط نسبت به جامدات حساسیت نشان می‌دهد و بتدریج وقتی تومور بزرگ می‌شود، مایعات هم بسختی فرومی‌رود. بنابراین شرح حال بیمار مهم‌ترین عامل برای تشخیص درست علت است.

به گفته دکتر جعفری در مواردی که مشکل به داخل لوله مری مربوط است، بررسی‌ها باید با آندوسکوپی انجام شود.

دشواری بلع و مشکلات تغذیه

همان‌طور که مشخص است دشواری بلع می‌تواند منجر به مشکلاتی جدی مانند کاهش وزن و سوءتغذیه شود. دکتر جعفری با تأکید بر این نکته که ابتدا باید علت دشواری بلع تشخیص داده و درمان شود، می‌گوید: در صورت درمان علت اصلی، سوءتغذیه ناشی از این مشکل هم برطرف می‌شود؛ به‌عنوان مثال فردی که سکنه مغزی کرده است ممکن است به مدت 2 تا 3 هفته نتواند چیزی بخورد یا غذا در گلویش ببرد.

در مواردی که دشواری بلع موقت است، می‌توان با استفاده از یک لوله که از بینی رد شده و وارد معده می‌شود، مدتی به فرد غذایی مایع رساند، اما همیشه نمی‌توان از این روش استفاده کرد. به گفته وی تنها راه‌حل برای برطرف کردن سوءتغذیه و کاهش وزن، تشخیص و درمان علت اصلی است.

دکتر جعفری با اشاره به این نکته که سرطان مری یکی از سرطان‌های شایع است، توصیه می‌کند: هر فردی که دچار دشواری بلع می‌شود، باید به‌موقع پیگیری و بررسی‌های لازم را انجام دهد تا ثابت شود دشواری بلع به علت مشکل خاص و بدی ایجاد نشده است؛ چرا که بیماری‌های مختلفی می‌تواند باعث شود فرد دشواری بلع را تجربه کند، اما همه این دلایل بدخیم و ترسناک نیست.

نیلوفر اسعدی‌بیگی
گروه سلامت