

Care sunt câteva din cauzele pentru constipație?

Este posibil ca Parkinson-ul să nu fie singurul motiv pentru care sunteți constipat, pot exista numeroase alte cauze; cel mai indicat ar fi să vă consultați doctorul. În afară de Parkinson, constipația mai poate fi cauzată de:

- Lipsa de exercițiu fizic
- Lipsa fibrelor din alimentație
- Anumite medicamente
- Hipotirodismul
- Hidratarea insuficientă
- Cancer
- Insuficiență renală

Aceste informații nu ar trebuie să constituie un substituent pentru atenția medicală și sfatul doctorului dumneavoastră.

Traducerea și adaptarea în limba română:
Houston NPA (www.houston.ro)

Copyright ©2008

Programul de Educație Parkinson

Reproducerea în scopuri educative este recomandată.

Nu este permisă modificarea informațiilor prezente și datelor despre autor.

This information is provided for educational use only and is not a substitute of medical advice. You should only follow the advice of your own physician.

Dr. A.Q. Rana, MD, FRCPC

Neurologist

Toronto, Canada

World Parkinson's Education Program



www.parkinsoneducation.org

Întrebări Frecvente Despre

BOALA PARKINSON

Constipație

4

Constipation & Parkinson's

Română/Romanian

DR. A. Q. RANA

Neurologist

Toronto, Canada

World Parkinson's Education
Program

Programul de educație mondială
Parkinson



"Cei care luptă împotriva Parkinson-ului cu cunoștințe, mereu găsesc soluții" Dr. Rana

Parkinson-ul provoacă constipație?

Constipația este comună în cazul pacienților Parkinson deoarece boala încetinește frecvența mișcărilor intestinale. Totuși, aceasta poate varia de la persoană la persoană, așa că o frecvență ce poate fi privită ca fiind normală de cineva, poate fi privită ca fiind constipație de către altcineva.

Cum pot combate constipația?

Exercițiu fizic

Exercițiul fizic poate consta într-o simplă plimbare pe jos de 15 minute și poate fi foarte eficient în combaterea constipației. Impuneti-vă țeluri : plimbați-vă de câteva ori pe zi.

Alimentație sănătoasă

Câteva aspecte importante referitoare la dietă sunt:

- Mese regulate
- Nu săriți peste nicio masă
- Scaune regulate – încercați să mergeți la toaletă la 30 de minute după fiecare masă
- Includeți fibre în alimentația dumneavoastră; acestea se pot găsi în pâine de grâu integral, făina de ovăz, tărâțe, etc.

Totuși , trebuie menționat că germenii de tărâțe și grâu pot îngreuna absorbția medicamentului Levodopa. Persoanele care folosesc o combinație de Levodopa cum ar fi Sinemet și Prolopa nu trebuie să își facă probleme.

Fluide

- Hidratarea din plin – este recomandat să beți în jur de 4-8 pahare de apă în fiecare zi. Sucul de prune și ceaiul de siminiche pot fi un ajutor considerabil.
- Băuturile calde pot avea un efect laxativ, dar sunt cele mai eficiente când sunt băute dimineața.

Dacă am nevoie de medicamente pentru constipație, care sunt recomandate?

Docusat sau Colace, care pot fi administrate de două ori pe zi, acționează ca agent de înmuiere al scaunelor și provoacă scaune regulate. Alte tratamente includ lactuloza sub formă de sirop (cum ar fi Acilac sau Duphalac) sau supozitoare cu glicerină.

Dacă suferiți de constipație pentru perioade prelungite de timp, există posibilitatea să aveți nevoie de o clismă; acestea au acțiune rapidă și, de regulă, provoacă mai multe scaune. Se recomandă să le folosiți dimineața.

Dacă este cazul, puteți folosi diferite metode în același timp; este de menționat că înainte să cumpărați laxative sau produse adiacente, ar trebui să vă consultați cu un farmacist în legătură cu ce metodă ar fi optimă pentru nevoile dumneavoastră.