



Ernæring og mage-tarmproblemer ved Dystrofia myotonika type 1



Gro Trae

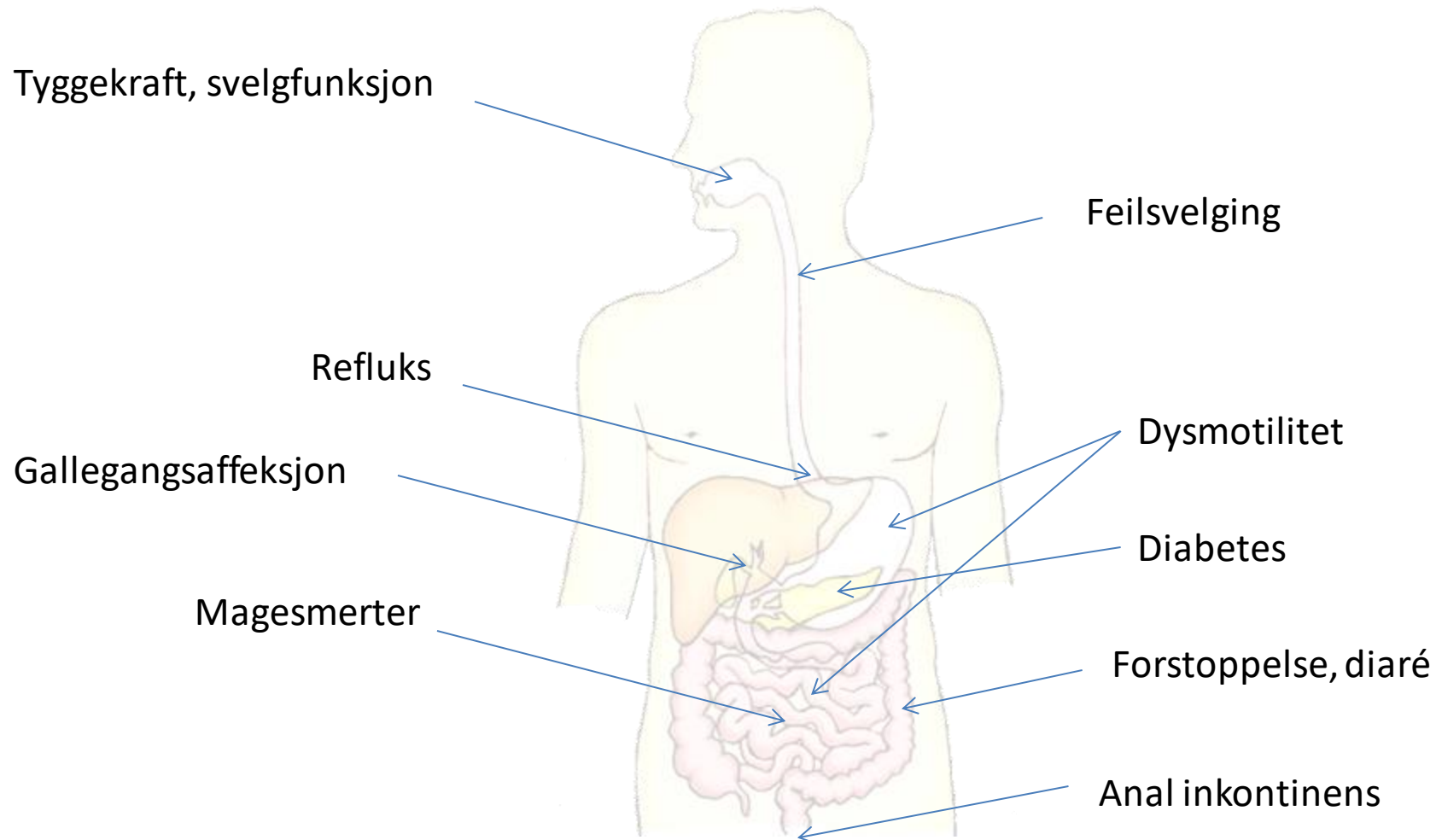
Klinisk ernæringsfysiolog

Frambu, 23.10.19

FRAMBU

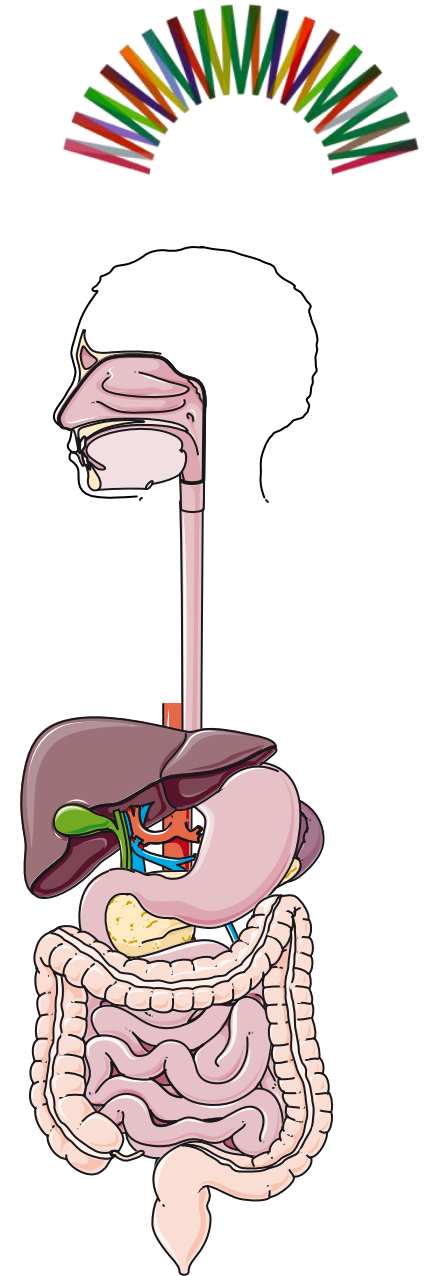
KOMPETANSESENTER FOR SJELDNE DIAGNOSER

DM 1 og fordøyelsessystemet



Myotoni og muskelsvakhet

- Kan påvirke spiserør, magesekk og tarm
- Dysfunksjon i lukkemuskelen mellom spiserør og magesekk kan gi refluks (halsbrann)
- Dysmotilitet kan forsinke magesekkenes tømming, tarmens peristaltikk og tarmmuskulaturens kraft til å føre maten nedover
- Kan gi magesmerter, oppblåst mage og forstoppelse





Mage-tarmplager hos mange

- I en svensk studie oppga 25 % av pasientene at de gastrointestinale problemene var den mest hemmende konsekvensen av sykdommen
- 28 % hadde gastrointestinale plager før de fikk diagnosen



Rapporterte symptomer DM1

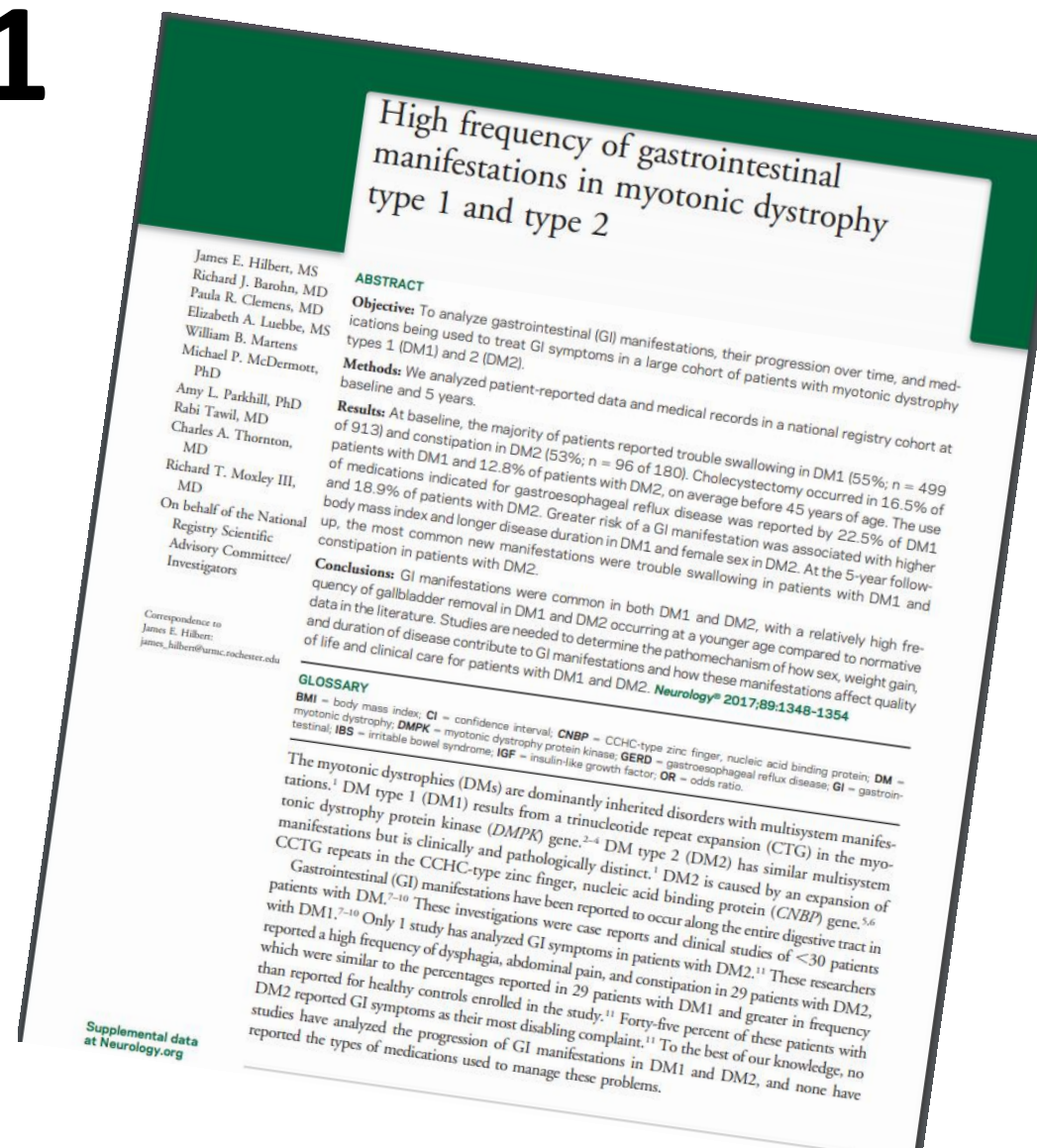
- Magesmerter (55 %)
- Spise- og svelgevansker (dysfagi, 45 %)
- Hoste ved spising (33 %)
- Kvalme, brekninger (35 %)
- Kronisk eller episodisk diaré (33 %)
- Anal inkontinens (30 %)

Stor amerikansk kohorte med 913 personer med DM1



- 79 % hadde en historie med gastrointestinale manifestasjoner
- Den vanligste utfordringen var svelgvansker (55 %)
- Etter fem års oppfølging hadde flere fått mage-tarmplager som de ikke hadde ved baseline

(Hilbert, JE. et al, 2017)



Svelgvansker og aspirasjon

- symptomer



- Vansker med å tygge og bearbeide maten i munnhulen
- Lengre til fra tyggingen stopper til svelgingen starter
- Kremting, hoste under måltidet
- Hes eller "grøtete" stemme
- Tårer i øynene
- Tilbakevendende lungebetennelser
- Feber uten annen årsaksforklaring





Svelgvansker - konsekvenser

- Aspirasjonspneumoni
Økt risiko for infeksjoner i lungene
- Dehydrering
- Frykt for spisesituasjon
Lavere næringsinntak
Mister måltidshyggen
Isolering
- Aversjon mot visse matvarer
- Forverring av tilstand
Underernæring/feilernæring



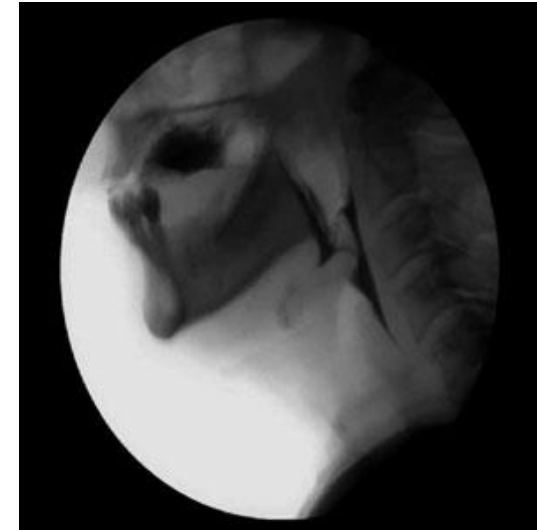


*”Jeg unngår å spise lunsj
samtidig med kollegaene
mine, for jeg hoster så
fælt når jeg spiser”*

Svelgvansker - tiltak



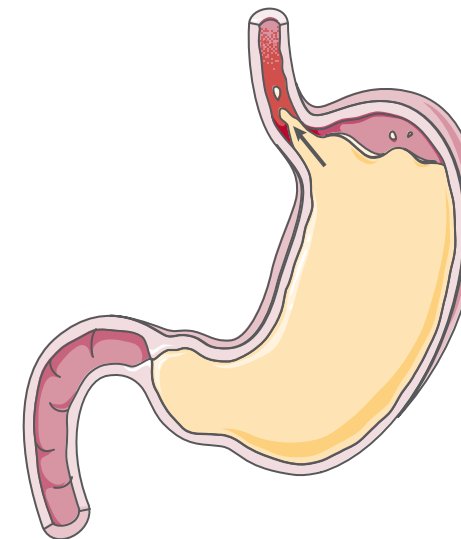
- Utredning – videofluoroskopi
Røntgenfilming av tygge-, og svelgeprosessen
- Konsistenstilpasning av mat og drikke etter behov
Fortykning av drikke
Lettygget mat, enhetlig konsistens
Unngå "smulete" og klebrig mat



Gastroesophageal reflux disease (GERD)



- Tilbakestrømming av surt mageinnhold til spiserør
- Forekommer hos 38 %
- Mange bruker syrenøytraliserende medikamenter



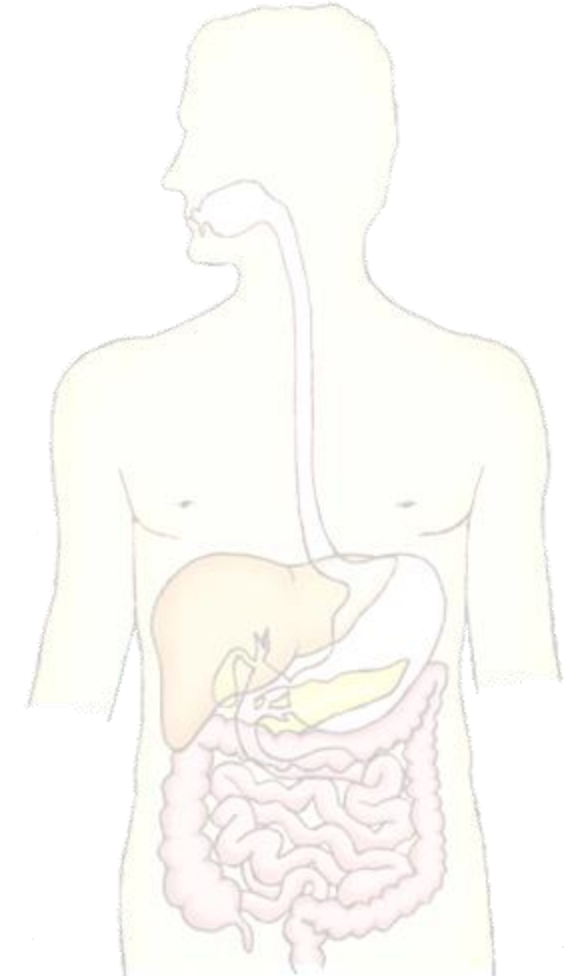
Illustrasjon: smart.servier.com

(Hilbert, JE. et al, 2017)

Mulige årsaker til magesmerter



- Forsinket magesekktømming
Utspent magesekk kan gi smerter
Dysmotilitet, gastroparese
- Gallestein
Smerter i øverste høyre del av magen, ofte "anfall" etter fettrike måltider da galle utskilles
Ikke forklaring på alle akutte former for knipsmerter
- Forstoppelse
Smerter på venstre side av magen, der nedre del av tykktarmen ligger
- Funksjonell dyspepsi = kronisk ubehag over navlen uten spesiell organisk forklaring
- Refluks
- Luftplager



Mulige årsaker til diaré



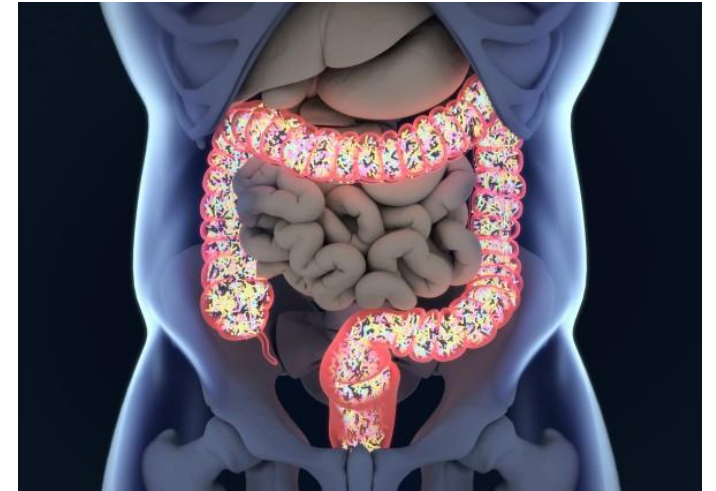
- Gallegangsaffectasjon
Galle nødvendig for å bryte ned fett
Kan gi steatoré - avføring kan være lys og flyter i toalettskålen
Behandles med cholestyramin (Questran)
- Malabsorpsjon av galle
Defekt "resirkulering" i nedre del av tynntarmen
- Redusert produksjon/frigjøring av fordøyelsesenzymmer fra pancreas
Kan gi malabsorpsjon og osmotisk diaré
Behandles med enzymtilførsel
- Bakteriell overvekst i tynntarmen
Tykktarmsbakterier går over i tynntarmen
Behandles med antibiotika



Mulige årsaker til forstoppelse



- Manglende avspenning i lukkemuskelen
- Dårlig muskelkraft i tarmen og bukområde
- Parese i tarmen : intestinal pseudo-obstruksjon
- For lite fiber/væske
- Obs! Man kan være forstoppet selv om man tidvis har løs avføring – væske siver forbi



Illustrasjonsfoto: iStock/ChrisChrisW



Avføringsmidler

- Kan være aktuelt i tillegg til generelle kostråd ved redusert muskelaktivitet i tarmen
- **Matvarer/helsekost**
Frukt og fiber, Benefiber, loppefrø, linfrø bløtlagt i vann, svsker, havregrøt/havresuppe
- **Volumøkende fiberprodukter**
Vi-siblin, Lunelax, Benegast regulamine
- **Volumøkende og/eller mykgjørende**
Laktulose/Levolac, Duphalac, Movicol, Moxalole
- **Tarmstimulerende**
Laxoberal , Dulcolax, Toilax, Pursennid
- **Klyster**
Klyx, Mikrolax, Toilax klyster



Anal inkontinens

- Dysfunksjon i endetarmens ytre og indre lukkemuskel, trykk/avspenning
- I en britisk studie av 156 personer med DM, rapporterte 32 % å ha avføringsinkontinens
- Opplevs svært sosialt belastende, og mange endrer livsstilen sin som følge av dette

(Petty, RKH et al, 2019)

- Anorektal manometri, EMG, brukes for å undersøke

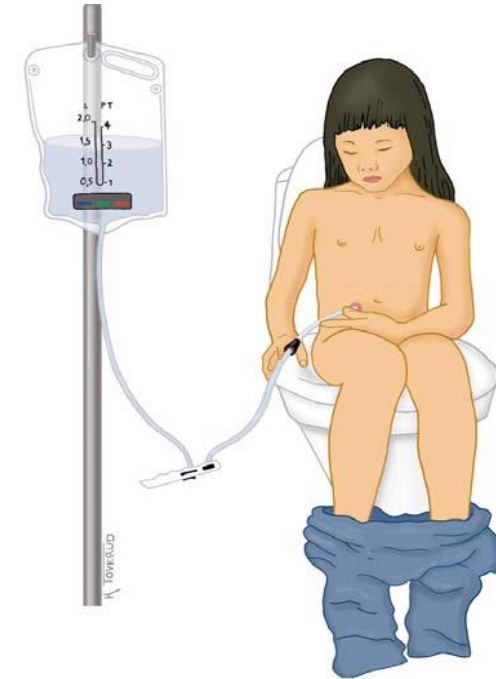


”Det første jeg gjør når jeg kommer til et nytt sted er å orientere meg for å finne ut hvor nærmeste toalett er”

Tiltak



- Kirurgisk behandling av lukkemuskelen - har ofte en relativt kortvarig effekt
- Regelmessig tarmskylling via endetarmen
- Blindtarmstomi – kanal fra blindtarmen ut til huden, gjør tarmskyllingen enklere
- Kolostomi – utlagt tarm, ved store problemer/ubehag ved tarmskylling



Tarmskylling gjennom blindtarmstomi
(Figur lånt fra SSD)

Generelle kostråd



- Helsemyndighetenes kostråd:

<http://www.helsedirektoratet.no/ernaering/kostholdsrad/>

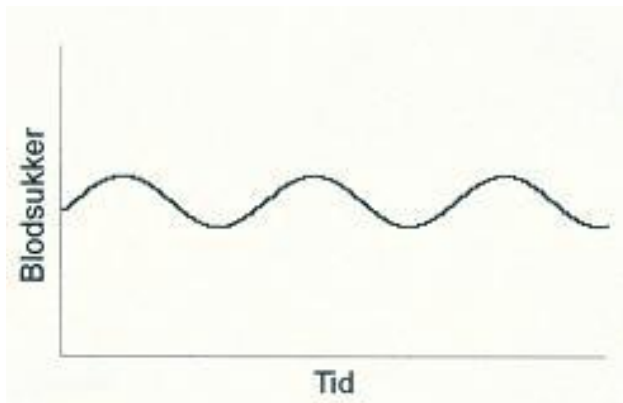
- Spise regelmessig, hver 3.-4.time
- Obs! Tannhelse – unngå småspising/drikking



Forebygge diabetes



- Karbohydrater
 - Sukker
 - Stivelse
 - Fiber





Oppsummering

- Tygge- og svelgvansker, og problemer med mage-tarmkanalen er vanlig
- Årsaksutredning er nyttig med tanke på mulig behandling
- Gode rutiner rundt mat og måltider
- Alle får ikke alt, men vær oppmerksom på underrapportering