

Mank Apeti ak Pèdi Pwa

Moun ki gen yon maladi kwonik ka pèdi apeti yo. Si mank apeti a lakòz ou manje mwens, epi si sa kontinye pandan lontan, ou ka pèdi anpil pwa, epitou ou ka febli epi mis ou ak grès kò w ka deperi. Kèk pasyan ki gen maladi grav ka pèdi pwa menm si yo kontinye manje nòmalman, men sitiyasyon ki rive pi souvan an se lè ou pèdi apeti epi ou pèdi pwa an menm tan.

Lè yon moun pèdi apeti e an menm tan tou li pèdi pwa sa ka diminye sou kalite lavi l epi ogmante risk pou l gen konplikasyon tankou enfeksyon. Si ou gen enkyetid sou apeti w avèk pwa w, ou dwe pale sou sa ak doktè ou. Ka gen mwayen pou ede nan ka sa a.

Kisa ki Lakòz Mank Apeti?

Kèk maladi kwonik souvan lakòz ou pèdi apeti ak pwa. Se sa ki rive pou kèk kansè, tankou:

- Kansè nan tèt ak nan kou
- Kansè nan kolon
- Kansè nan ovè
- Kansè nan vant
- Kansè nan pankreyas

Sa rive tou pou moun ki gen:

- Maladi ren kwonik
- Maladi pilmonè obstriktif kwonik (COPD, ki gen ladan yo bwonchit kwonik ak anfizèm)
- Ensifisans kadyak
- Siwoz fwa
- VIH/SIDA

Gen lòt pwoblèm ki ka fè w pèdi apeti ak pwa ke moun ki gen maladi kwonik ka genyen. Pami yo, genyen:

- Eta depresif
- Noze (kè plen) oswa konstipasyon kwonik epi grav
- Enfeksyon kwonik
- Medikaman tankou medikaman kimoterapi ak opyòd

Pafwa, ou ka pèdi pwa poutèt pwoblèm ki entèfere avèk alimantasyon, kit ou gen bon apeti, kit ou pa genyen. Kèk nan pwoblèm sa yo gen ladan yo:

- Chanjman nan sans odora oswa gou
- Plè nan bouch ak doulè nan bouch
- Bouch sèch
- Difikilte pou vale

Kisa ou ka fè ki ka ede?

Panse ak ti konsèy sa yo lè ou pa gen apeti:

- Olye pou w chita devan twa gwo repa pa jou, planifye pou manje senk oswa sis ti repa pa jou, epi pran ti goute lè ou grangou.
- Si w remake ke ou gen plis apeti nan kèk moman nan jounen an, planifye pou ou pran yon repa nan moman sa a.
- Eseye manje nan anvivònman agreyab, epi manje repa yo ak fanmi w oswa zanmi w.
- Si w remake ke gou kèk manje chanje epi ke gen kèk gou oswa savè ki pi bon ke kèk lòt, planifye repa ak ti goute ou yo yon jan pou evite savè ou pa renmen yo epi mete savè ou renmen yo.
- Eseye ajoute diferan kalite epis ak kondiman nan manje yo pou fè yo pi apétisan.
- Si odè oswa gou manje a ba w noze, manje manje ki frèt oswa ki gen tanperati anbyan pou diminye odè li epi redui gou li.

- Si gou nan bouch ou chanje, eseye souse yon sirèt di anvan ou manje yon repa.
- Si fanmi w patisipe nan swen w, asire w ke w pale avèk yo sou tout chanjman oswa preferans pou yon manje oswa savè kèlkonk pou yo ka ede nan planifikasyon repa ak ti goute ke ou plis ka manje yo.
- Kenbe manje ou pi pito yo soulamen pou lè wap pran ti goute.
- Si w ka ajoute krèm, bè, manba oswa sòs nan kèk nan repa ou yo, sa ka ajoute kalori ak gou.
- Sipleman nitritif likid disponib nan famasi a epi yo ka itil si w rive fè yon jan pou w pran de jiska kat kanèt chak jou; si w kapab, ou ta dwe eseye diferan mak ak savè pou w jwenn youn ke w renmen.
- Si ou kapab aktif fizikman, ou ka eseye planifye fè yon ti mache oswa yon lòt kalite egzèsis anviwon inèdtan anvan yon repa pou amelyore apeti ou.

Kisa Doktè Ou Ka Fè Ki Ka Ede?

Si mank apeti w la dire lontan, oswa vini ak pèt pwa oswa lòt sentòm tankou noze oswa depresyon, ou dwe pale sou pwoblèm nan ak doktè ou. Yo ka fè tès pou detèmine kisa ki lakòz diminisyon apeti a.

Si w gen yon pwoblèm yo ka trete, tankou doulè nan bouch oswa noze, doktè w ka sigjere yon tretman nan espwa apeti w pral amelyore.

Doktè w ka sigjere tou yon medikaman ke yo itilize espesyalman pou amelyore apeti. Gen plizyè medikaman ki disponib, epi si yo konsidere yon tretman konsa, doktè w ta dwe esplike avantaj ak risk potansyèl yo.

Doktè w kapab refere w tou bay yon dyetetisyen otorize ki pou fè rekòmandasyon espesifik sou planifikasyon repa ou kap baze sou sityasyon w.

Sa Ou Dwe Di Doktè W Lè W Ale nan Klinik la

- Kenbe yon rapò sou sa ou manje epi bwè sou 24 è pou w ka di doktè w.
- Èske diminisyon apeti a grav oswa modere?
- Èske ou pèdi pwa? Ki kantite?
- Èske diminisyon apeti a se yon nouvo sentòm?
- Si wi, èske li kòmanse aprè yon evènman boulvèsan, tankou lanmò yon manm fanmi w oswa yon zanmi w?
- Ki lòt sentòm ou genyen?

Seri Edikasyon Pasyan an

Mank Apeti ak Pèdi Pwa

Lè ou jere sentòm ou yo, wap:

- Jwi aktivite yo epi wap gen plis enèji
- Jwi fanmi ak zanmi
- Santi mwens presyon ak anksyete
- Dòmi pi byen nan nwit
- Gen yon pi bon kalite lavi

Materyèl edikasyonèl sa a se Palliative Care Project (Pwojè Swen Palyatif), yon patenarya ant Community Care of Brooklyn (Swen Kominotè Brooklyn) ak MJHS Institute for Innovation in Palliative Care (Enstiti MJHS pou Inovasyon nan Swen Palyatif) ki prepare li.