



Jak radzić sobie z xerostomią

# Niech ślinę na język przyniesie

**Nadmierna suchość w ustach, spowodowana zbyt małą ilością śliny lub jej brakiem. To najbardziej uciążliwa i bolesna oznaka xerostomii. Dodatkowo przypadłość ta zaburza czucie smaku, powoduje ból i dyskomfort w trakcie jedzenia oraz bywa przyczyną próchnicy.**

Xerostomia może być czynnikiem zaburzającym prawidłowe odżywianie, niekorzystnie wpływać na stan uzębienia oraz odbijać się na zdrowiu fizycznym i psychicznym. Problemy z nią związane to przewlekły ból – aż do uszkodzenia gardła, uczucie pieczenia, trudności z mówieniem i przełykaniem, chrypa oraz uciążliwa suchość w nosie. Xerostomia jest pierwotną, ukrytą przyczyną choroby dziąseł i utraty zębów, u trzech na dziesięciu przebadanych pacjentów. Pozostawiona nieleczoną, obniża pH w ustach i przyczynia się do rozwoju nalotu nazębnego i próchnicy. Prowadzi do znaczącego zwiększenia ryzyka rozrostu ślinianek przyusznych, zapaleń oraz pęknięcia warg, zapaleń i owrzodzeń języka czy błony śluzowej policzków, infekcji gruczołów ślinowych, powstawania nieprzyjemnego zapachu z ust (halitosis). Grzybica jamy ustnej jest też jedną z najczęstszych infekcji jamy ustnej u osób z xerostomią.

Na xerostomię skarży się około 20% osób w podeszłym wieku. Jakkolwiek przypadłość ta nie wydaje się mieć bezpośredniego związku z wiekiem, przyjmowanie leków przez osoby starsze jest częstą przyczyną jej powstawania.

Osoby cierpiące z powodu tej przypadłości w pierwszej kolejności skarżą się na problemy z jedzeniem, mówieniem czy przełykaniem. Suchy, kruchy i sypki pokarm, taki jak płatki zbożowe, herbatniki czy krakersy okazuje się dla nich szczególnie trudny do spożycia. Osoby noszące protezy zębowe mogą doświadczać problemów z utrzymaniem ich oraz otarciami błony śluzowej jamy ustnej. Pacjenci z xerostomią często skarżą się też na zaburzenia smaku, bolesność języka oraz zwiększone zapotrzebowanie na wodę, zwłaszcza nocą.

Przyczyn suchości w jamie ustnej jest wiele. Są to:

– Przyjmowanie leków – setki leków, włączając w to wiele sprzedawanych bez recepty wywołują suchość w jamie ustnej jako efekt uboczny. Leki,

które najczęściej bywają przyczyną tego rodzaju problemów, to: preparaty w terapii depresji oraz nerwic, leki antyhistaminowe, antyarytmiczne, obniżające ciśnienie krwi, przeciwbiegunkowe, obniżające napięcie mięśniowe, stosowane przy nietrzymaniu moczu oraz chorobie Parkinsona.

– Chemioterapia onkologiczna – leczenie raka przy użyciu chemioterapeutyków może zmienić charakter śliny oraz upośledzić intensywność jej wydzielania.

– Radioterapia – leczenie nowotworów głowy i szyi przy użyciu radioterapii może doprowadzić do upośledzenia funkcji gruczołów ślinowych, powodując ograniczenie wydzielania śliny.

– Wiek – osoby starsze, ze względu na przyjmowanie leków, są znacznie bardziej narażone na suchość w jamie ustnej.

– Uszkodzenia nerwów – wkłucia oraz zabiegi chirurgiczne w okolicy głowy i szyi mogą spowodować uszkodzenie nerwu i wywołać objawy xerostomii.

– Inne czynniki medyczne – suchość w jamie ustnej może być też konsekwencją innych chorób lub skutkiem ubocznym ich leczenia, włączając w to chorobę autoimmunologiczną zwaną zespołem Sjogrena, cukrzycę, chorobę Parkinsona, HIV/AIDS, nerwice oraz depresję. Udar i choroba Parkinsona mogą wywołać wrażenia suchości w jamie ustnej, nawet jeśli ślinianki funkcjonują prawidłowo. Chrapanie i oddychanie przez otwarte usta może dodatkowo przyczyniać się do powstania problemu. Palenie papierosów może zwiększać symptom suchości w jamie ustnej.

Postępowanie w przypadku wystąpienia xerostomii powinno polegać na identyfikacji czynników ją wywołujących. Leczenie objawów choroby zazwyczaj obejmuje cztery obszary: zwiększenie wydzielania śliny; zastąpienie śliny, której wydzielanie jest upośledzone; kontrola uzębienia w tym próchnicy oraz terapie doraźne, czyli leczenie powstałych infekcji.

W sprzedaży jest wiele wyrobów medycznych, które pomagają w zwalczaniu objawów xerostomii. Produkty te, to substytuty śliny lub wyroby stymulujące jej wydzielanie i tym samym ograniczające problemy dentystyczne oraz inne.

Wyroby stymulujące produkcję śliny to bezcukrowe pastylki do ssania, gumy do żucia,



Fot. Aurea Pharma

▲ Przed wprowadzeniem MucoDry X na rynek, skuteczność jego składników w leczeniu xerostomii była potwierdzona w siedmiu randomizowanych, podwójnie ślepych badaniach klinicznych.

sorbitol, xylitol, kwasy organiczne oraz kilka leków wydawanych na recepty.

Sztuczna ślina, czyli inaczej mówiąc substytut śliny, powinna być stosowana do zastępczego nawilżania jamy ustnej. Sztuczna ślina jest produktem, który ma imitować ślinę naturalną, jednak nie stymuluje ona aktywności wydzielniczej gruczołów ślinowych.

Produktem, który spełnia obydwie powyższe opisane funkcje jest MucoDry X. Jest to wyrób medyczny w formie sprayu, zawierający substancje składające się z mieszanki substytutów śliny (gliceryna, woda, xanthan), stymulatorów wydzielania śliny (kwas cytrynowy, xylitol) oraz niezbędnych dodatków farmaceutycznych. Mechanizm działania sprayu MucoDry X jest oparty na zastępowaniu naturalnej śliny przez jej substytuty i jednoczesnym stymulowaniu wydzielania gruczołów ślinowych. Aktywne składniki nawilżają i chronią błonę śluzową jamy ustnej oraz stymulują produkcję śliny i ograniczają rozwój bakterii w jamie ustnej.



GRZEGORZ DEMSKI, FARMACEUTA,  
WŁAŚCICIEL FIRMY AUREA PHARMA