

ÇOCUKLARDA BESLENME VE YUTMA BOZUKLUKLARI

Beslenme karmaşık birçok becerinin koordinasyonu sayesinde gerçekleşir. Bir bebeğin yaşamın ilk birkaç haftasına ve hatta aylarında, tamamlayacağı en zorlu ve karmaşık fiziksel görevdir. Tek bir yutmanın gerçekleşebilmesi ve besinin dudaklardan mideye kadar iletilmesinde görevli 26 kas ve 6 kranial sinir, mükemmel bir uyum içinde çalışmalıdır. Beslenmeyi bir bulmaca gibi düşünürsek, bu bulmacanın bir veya daha fazla parçası eksik veya hatalı olduğunda, bebekler ve çocuklar yemek ve içmekte zorluk çekebilirler.



Nasıl Besleniriz?

Önce besinleri ve sıvıları ağızımıza götürürüz. Bunun için çatal, kaşık veya pipet ile birlikte ellerimizi kullanırız. Aldığımız besini yemeye başlamak için ağızımızı açar ve sonrasında besinleri ağızımızda tutmak için dudaklarımızı kapatırız. Daha sonra katı besinleri çiğneyerek, sıvıları ise hareket ettirerek yutmaya hazırlarız. Ağızımızın arka tarafına dilimiz, dudaklarımız ve yanaklarımızın da yardımı ile ileterek yutma eylemini gerçekleştiririz. Böylece besinler yemek bozumuzdan midemize iletebilir.



Çocuklar bu süreci en başından öğrenmek zorundadırlar! İlk olarak emme ile başlayan bu süreç, kaşıkla beslenme, katıların çiğnenmesi, bardaktan içme ve kendi kendine beslenme becerilerinin öğrenilmesi ile devam eder.

BESLENME GELİŞİMİ	
0-3 ay ✓ Arama refleksi vardır ✓ Etkili emme ve yutma yapar	3-5 ay ✓ Dudakları kapatabilir ✓ Dilini içeri dışarı rahatlıkla hareket ettirebilir ✓ Emme ve yutma güçlenir
5-6 ay ✓ Çiğneme hareketleri yapar ✓ Emme ritmini kontrol edebilir ✓ Ağızını açarak kaşığı kabul eder	6-7 ay ✓ Besinleri ve beslenme araçlarını eli ile kavrayabilir, ağızına götürebilir
7-8 ay ✓ Kaşıkla beslenirken dilini kontrol edebilir ✓ Bardaktan emme hareketi ile içebilir ✓ Püre edilmiş besinleri tölere edebilir	8-9 ay ✓ Bardaktan içebilir ✓ Kaşığın işlevini anlayabilir
9-12 ay ✓ Üçlü parmak tutuşu gelişir ✓ Dairesel çiğneme hareketi gelişir ✓ Yumuşak katıları ısırabilir ✓ Kendi kendine beslenmeye çalışır	12-18 ay ✓ Kaşık kullanabilir ✓ Besinleri ağızından çıkarabilir ✓ Dişlerin varlığına bağlı olarak daha sert katıları ısırabilir
18-24 ay ✓ Çiğnemesi daha zor olan katıları çiğneyebilir ✓ Dudakları kapalı iken çiğneyebilir ✓ Bardaktan dökmeden içebilir	24-36 ay ✓ Bütün besinleri tölere edebilir ✓ Aile ile birlikte herkesin yediği besinleri yiyebilir

Disfaji (Yutma Bozukluğu)

Yutma fonksiyonu, oral, faringeal ve özefageal olmak üzere üç fazda incelenir. Oral faz besinlerin ağıza alınmasından yutulmak üzere ağızın arka tarafına doğru itilmesine kadar olan kısmı kapsar. Faringeal faz, yutma refleksinin ortaya çıkmasından besinin yutularak yemek borusuna geçmesi ile sonlanır. Özefageal faz ise besinin yemek borusuna geçtiği andan mideye iletiildiği ana kadar olan kısmını kapsar. Bu fazların herhangi birinde, bilinen veya bilinmeyen bir sebebe bağlı bozukluk olursa buna “disfaji” denir.

Çocuklarda disfajinin en sık görülme nedenleri

- ✚ Kalp, akciğerler veya gastroözefageal sistemi etkileyen kompleks medikal durumlar
- ✚ Duyusal ve motor problemler
- ✚ Dudak ve/veya damak yarığı gibi yapısal anormallikler
- ✚ Nöromusküler hastalıklar
- ✚ Prematüre doğum
- ✚ Gelişimsel bozukluklar
- ✚ Sosyal, duygusal ve çevresel faktörler

Çocuklarda disfajinin belirtileri neler olabilir?

- ✚ Beslenme sırasında nefes almada güçlük
- ✚ Yutma sonrasında öksürme, öğürme veya nefessiz kalma
- ✚ Beslenme zamanlarında huzursuz olma ve ağlama
- ✚ Yaşına uygun olduğu halde bazı besinleri çiğneyememe
- ✚ Yutarken zorlanma
- ✚ Salyasını kontrol edememe, dişlenme ile ilişkili olmadığı halde ağızdan salya akması
- ✚ Besinlere karşı başını çevirme, itme, yüzünü buruşturma gibi tepkiler gösterme
- ✚ Beslenme sırasında veya sonrasında tıkanma
- ✚ Beslenme sırasında renk değişimi
- ✚ Emmeye zorlanma, yorulma

- ✚ Besinlerin burnundan gelmesi
- ✚ Ağızdan salya akması (drooling)
- ✚ Dilin sürekli dışarıda olması ve ağızdaki besinleri dışarı itmesi (tongue thrust)
- ✚ Yutma sırasında veya sonrasında hırıltılı ses
- ✚ Sık sık oluşan akciğer enfeksiyonu
- ✚ Kilo alamama, büyümememe
- ✚ Vücudun susuz kalması

<p><u>Yutma Bozukluğu (Disfaji)</u> Herhangi bir nedenden dolayı yutmada görev alan fiziksel yapılarıdaki bozukluk ve/veya kasların doğru çalışmaması nedeniyle; bozukluğun yutma sisteminin neresinde olduğuna bağlı olarak besinleri ağızda tutma, çiğneme, ağızda hareket ettirme, yutmak üzere ağızın arkasına iletme, yutma ve mideye iletme fonksiyonlarından birinde veya bir kaçında problem olmasıdır. Bunun sonucu olarak besinler ağızda tutulamayabilir, yutağa iletilmeyebilir veya yutarken solunum yoluna kaçabilir. Bu gibi durumlar bizi yetersiz beslenme ve vücudun susuz kalması, akciğer enfeksiyonları, kilo alma ve büyümede problem gibi sonuçlarla karşı karşıya bırakır.</p>	<p><u>Yeme Bozukluğu</u> Fiziksel yapılarda ve kas hareketlerinde herhangi bir problem olmaksızın, davranışsal ve/veya duyuşsal problemlere bağlı olarak çocukların bazı kıvam, tat, ısı ve yapıdaki besinleri reddetmesidir. Çocuk ağızına alıştığından farklı bir besin geldiğinde buna ağlama, ağızdan çıkarma gibi tepkiler gösterebilir. Bu nedenle bu çocuklar çok fazla yemek seçerler ve çoğu zaman yeterli beslenemezler. Beslenme, çiğneme ve yutma gelişiminde gerilikler oluşabilir.</p>
---	---

Çocuğunuzda herhangi bir beslenme ve yutma bozukluğu olduğunu düşünüyorsanız bir dil ve konuşma terapistine başvurmalısınız!

Çocuklarda Beslenme ve Yutma Değerlendirmesi

Dil ve konuşma terapistleri, çocuğun yaşına uygun detaylı bir beslenme değerlendirmesi yapar. Bu değerlendirme, hikaye, çocuğun gelişimi ve şikayetlerin öğrenilmesi ile başlar. Daha sonra çocuğun yüzü ve ağız içi yapıların özelliklerini ve hareket fonksiyonlarını inceler. Çocuğu beslenme sırasında gözlemleyerek bebeklerde emme-yutma-solunum koordinasyonunu, daha büyük çocuklarda besinleri, kaşık, biberon veya bardak gibi beslenme araçlarını nasıl kullandığını, çiğneme, besinleri ağızda hareket ettirme gibi becerilerini, yutma anında oluşabilecek problemleri ve çocuğun öğün sırasındaki davranışlarını izler. Gerekli durumlarda yutmayı daha detaylı değerlendirebilmek için bazı testler uygulanır.

- **Modifiye baryum yutma testi:** Radyolojik bir görüntüleme yöntemidir. Çocuğunuz baryum ile karıştırılmış bazı besinleri yutarken değerlendirilir. Baryum x-ray de görülebildiği için dil ve konuşma terapisti besinin nereye gittiğini görebilir.
- **Endoskopik yutma değerlendirmesi:** Ucunda ışık ve kamera olan bir endoskop çocuğun burnundan yutağına doğru yerleştirilerek yutma sırasında yapıların hareketleri ve besinin nereye gittiği gözlemlenir.



Modifiye baryum yutma testi

Çocuklarda Beslenme ve Yutma Bozukluğunun Tedavisi

Dil ve konuşma terapisti, yutma bozukluğu olan bir çocukta uyguladığı testler sonucunda çocuk için en güvenli beslenme şekli konusunda aileye bilgi verir. Çocuk için en uygun ve güvenli beslenme yöntemi konusunda aileye ve çocukla ilgilenen diğer sağlık uzmanlarına bilgi verir. Çocuk ağızdan beslenebiliyorsa, hava yoluna kaçırmadan yiyebildiği kıvamlardaki besinleri göz önünde bulundurarak bir beslenme planı hazırlar. Doğru besleme pozisyonları konusunda aileyi bilgilendirir. Yutma yapılarında herhangi bir bozukluk varsa yutma rehabilitasyonu uygular.

Yutma rehabilitasyonu her çocuğun spesifik ihtiyaçlarına göre şekillendirilir ve çocuğa özgü egzersizleri, en uygun kıvam ve miktardaki besinler ve besleme pozisyonları konusunda bakım verenlerin eğitilmesini kapsar. Gerektiğinde çocuğun kullandığı beslenme araçları modifiye edilerek çocuğa uygun hale getirilir.



TEHLİKE SİNYALLERİ!!!

Çocuğunuzun beslenmesinde son 6 ayı düşünün. Aşağıdaki durumlardan birkaçını çocuğunuzda gözlemliyorsanız beslenme ve yutma değerlendirmesi için bir dil ve konuşma terapistine başvurun!



- Zayıf kilo kazanımı veya kilo kaybı
- Beslenme sırasında boğulma, öğürme, tıkanma
- Beslenme sonrasında sık sık kusma
- Besinlerin burundan gelmesi
- 10 aylıkken püre gıdalara geçememesi
- 12 aylıkken katı gıdaları kabul etmemesi
- Ailenin çabasına rağmen 16 aylıkken meme/biberondan bardakla içmeye geçememesi
- Belirli bir özellikteki veya belirli bir gruptaki bütün besinleri reddetmesi
- 2 yaşında iken 20 farklı besinden fazlasını kabul etmiyor olması
- Çoğu öğünde ağlaması, yemekten kaçınması
- Yemek zamanlarının sürekli savaşa dönmesi
- Yemek ve solunum koordinasyonu ile ilgili problemlerinin olması veya daha önceden bu sorunları yaşamış olması
- Sık sık akciğer enfeksiyonu geçirmesi
- Sürekli salyasının akması
- Ağızını kapatamaması



**DİL VE KONUŞMA
TERAPİSTLERİ DERNEĞİ**

Ayrıntılı bilgi için bir “Dil ve Konuşma Terapistine” başvurunuz. Size en yakın dil ve konuşma terapistine “Dil ve Konuşma Terapistleri Derneği” web sitesinden ulaşabilirsiniz.

<https://www.dktd.org>

info@dktd.org.tr

Tel: 0 (216) 428 95 51