



Oddech Życia
podziel się oddechem!



PORADNIK FUNDACJI ODDECH ŻYCIA

Enzymy trawienne

w diecie przedszkolaka

Kapsułki enzymów trzustkowych w diecie przedszkolaka chorego na mukowiscydozę

Podstawowymi elementami leczenia mukowiscydozy, oprócz leków, codziennej, domowej fizjoterapii, są dieta wysokoenergetyczna i bogata w białko, suplementacja witaminami i odpowiednia podaż preparatów zawierających enzymy trzustkowe. Większość chorych na mukowiscydozę ma niewydolną trzustkę (zwykle już od urodzenia).

O co chodzi z tymi enzymami trzustkowymi?

U większości, bo u ponad 90% chorych z mukowiscydozą, dochodzi do zaburzeń funkcjonowania trzustki i problemów z wytwarzaniem prawidłowej ilości enzymów trawiennych. Gęsty śluz blokuje ujścia przewodów wyprowadzających enzymy trawienne z trzustki i w efekcie tego organizm chorego nie jest w stanie samoistnie trawić spożytych pokarmów, głównie tłuszczu. W związku z tym chorzy stosują w trakcie jedzenia sztuczne enzymy trawienne w postaci kapsułek.

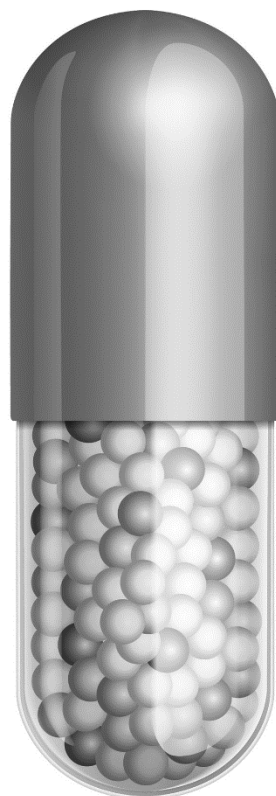
Co mają w składzie kapsułki z enzymami trzustkowymi?

Enzymy trzustkowe w kapsułce połykanej przez dziecko z mukowiscydozą składają się z naturalnej mieszaniny enzymów trawiennych nazywanych „pankreatyną”. W skład pankreatyny

wchodzą następujące enzymy trawienne: lipaza, która odpowiada za rozkład tłuszczu, amylaza, której rola polega na hydrolizowaniu skrobi oraz proteazy odpowiedzialne za trawienie białek. Cechą charakterystyczną pankreatyny jest jej aktywność w jelicie cienkim, ze względu na to, że jest wrażliwa na występujące tu zasadowe pH. Tylko w takim zasadowym środowisku działa prawidłowo. Dlatego w kapsułce widać dużą ilość drobnych kulczek lub brykietków, to enzymy otoczone specjalną warstwą rozpuszczającą się dopiero w jelicie cienkim, a nie w żołądku.

Czy można przyjąć kapsułkę z enzymami trzustkowymi przed lub po przedszkolu, zamiast w trakcie posiłku? Nie!

Częstym pytaniem osób, które nie mają jeszcze doświadczenia z mukowiscydozą jest to, dlaczego dziecko nie może przyjąć kapsułek z enzymami w domu, przed przedszkolem lub po przedszkolu. Niestety to niemożliwe. Enzymy trzustkowe muszą zostać podane równoległe z posiłkiem, bo podane za wcześnie lub za późno nie zadziałają w odpowiednim momencie. Ich działanie trawienne ma określony czas i podane np. godzinę przed posiłkiem nie znajdowałyby się w odpowiednim odcinku jelita.



Kiedy podać dziecku kapsułkę, kapsułki z enzymami trzustkowymi - przed, w trakcie czy zaraz po posiłku?

Sposób podawania i dawkowania jest określony przez lekarza i zgodny z zaleceniami producenta preparatu (ulotka, z którą należy się zapoznać). Najczęściej jest to podawanie kapsułek wraz z rozpoczęciem posiłku. Często praktyką jest dzielenie dawki np. 2 kapsułki na początku i 1 na końcu przyjmowania posiłki (na wypadek, gdyby dziecko nie zjadło całej porcji, tylko część posiłku).

Rodzic zawsze zna dawkowanie i sposób podawania enzymów trzustkowych, a w razie wątpliwości zawsze można poprosić o kontakt mailowy bądź telefoniczny do lekarza prowadzącego lub dietetyka.

Czy kapsułki enzymów trzustkowych podaje się dziecku do każdego posiłku, jedzenia?

Zwykle podaje się do posiłków zawierających tłuszcz w składzie, a nie do np. przekąsek niezawierających tłuszczów. Każde dziecko z mukowiscydozą stosujące enzymy trzustkowe ma swój schemat zażywania tych preparatów, dlatego warto porozmawiać o zasadach podawania z rodzicem lub w razie wątpliwości zawsze można poprosić o kontakt mailowy bądź telefoniczny do lekarza prowadzącego lub dietetyka.

Czy stosowane podczas zajęć przedszkolnych, posiłku w przedszkolu, enzymy trzustkowe mogą być niebezpieczne dla dziecka?

Stosowanie każdego leku wiąże się z możliwymi efektami ubocznymi. Jednak w przypadku zażywanych przez chorych na mukowiscydozę enzymów trzustkowych takie ryzyko statystycznie wydaje się niewielkie. Większym zagrożeniem jest pominięcie dawki zalecanych leków, co może objawiać się przykładowo problemami trawiennymi, bólami brzucha, wzdęciami czy wystąpieniem tłuszczowej biegunki.

Skąd wiadomo, ile enzymów trzustkowych (ile kapsułek) i do jakich posiłków przyjąć?

W Polsce każde dziecko leczone w ośrodku mukowiscydozy jest prowadzone również pod kątem dietetycznym. Dlatego rodzice chorego dziecka znają zasady żywienia i stosowania enzymów trzustkowych. Rodzice otrzymują przelicznik ilości tłuszczu w posiłku na odpowiednią ilość kapsułek. Ten przelicznik jest różny w zależności od wieku, wagi, stanu zdrowia, stanu niewydolności trzustki oraz ilości tłuszczu.

Jakie preparaty zawierające enzymy trzustkowe dostępne są w Polsce?

Najczęściej stosowane w Polsce preparaty zawierające enzymy trzustkowe to:

- Kreon 10000
- Kreon 25000
- Kreon Travix
- Lipancrea 8000
- Lipancrea 16 000
- Neo-Pancreatinum Forte
- Pangrol 10 000
- Pangrol 25 000
- KreoActiv PLUS

Dzieci pochodzące z Ukrainy mogą stosować inne odpowiedniki polskich preparatów zawierających enzymy trzustkowe np. Pancreatin, Creon 10000, Creon 25000, Креон 10000, Креон 25000.

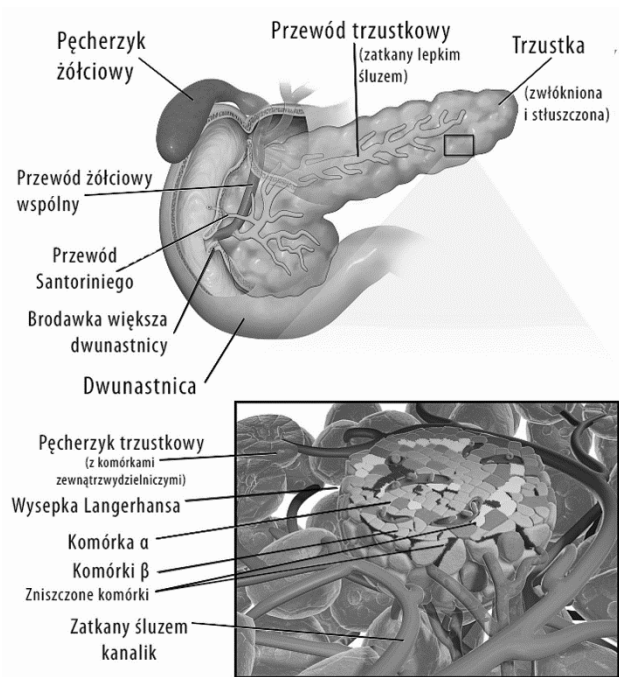
Gdzie szukać dodatkowych informacji o mukowiscydozie?

W ramach kampanii społecznej „Przedszkole przyjazne chorym na mukowiscydozę” w serwisie internetowym **MukoPrzedszkole.pl** przybliżamy tematykę mukowiscydozy, problemów dzieci chorujących na tę chorobę. Większość głównych zagadnień znajdziesz w naszym serwisie na stronie głównej w sekcji „Artykuły”. Pozycje książkowe znajdziesz w artykule: Literatura pomocnicza dla wychowawców przedszkolnych dzieci przewlekle chorych.

Gdzie jeszcze można przeczytać i uzupełnić wiedzę o mukowiscydozie?

OddechZycia.pl to najaktywniejszy i największy newsowy portal poświęcony tematyce mukowiscydozy w Polsce. W portalu materiały na temat najnowszych osiągnięć nauki i medycyny, eksperymentalnych terapii i badań klinicznych z całego świata. Informacje o wydarzeniach kulturalnych, społecznych związanych z mukowiscydozą. W dziale ABC mukowiscydozy sporo dodatkowych informacji o chorobie. Portal prowadzi też dział poświęcony pomocy społecznej (z dużą bazą poradników i gotowych wzorów zaświadczeń i druków).

Uzupełnieniem portalu jest fanpage na Facebooku: *Oddech Życia – mukowiscydoza*¹ oraz grupa wsparcia dla chorych na mukowiscydozę² (grupa dyskusyjna).



W wyniku zatkania kanalików lepkiem śluzem dochodzi do upośledzenia zewnątrzwydzielniczej części trzustki (nie są produkowane trzustkowe enzymy trawienne).

W konsekwencji prowadzi to do szybko postępującego zwłóknienia i stłuszczenia narządu.

Brak trzustkowych enzymów trawiennych prowadzi do zaburzenia wchłaniania pokarmów i niedożywienia.

Z czasem dochodzi również do utraty wydzielniczej funkcji komórek β, α i komórek produkujących polipeptydy trzustkowe. Co skutkuje rozwojem cukrzycy.

Plakat dostępny w kolorze i wersji do druku na: mukoprzedzskole.pl

¹ <https://www.facebook.com/oddechzyciapl/>

² <https://www.facebook.com/groups/mukowiscydoza/>

Pracujesz w przedszkolu i masz pytania dotyczące mukowiscydozy?

Chętnie pomożemy i odpowiemy.

Jak się z nami skontaktować?

Najprościej mailowo: **fundacja@oddechzycia.pl**

drogą tradycyjną:

Fundacja Oddech Życia

ul. Zamknięta 10 lok. 1.5

0-554 Kraków

lub telefonicznie: **+48 578 632 026**

Nasze strony www:

OddechZycia.pl

Fundacja.OddechZycia.pl

MukoPrzedszkole.pl

Fundacja Oddech Życia

ul. Zamknięta 10 lok. 1.5
30-554 Kraków

fundacja@oddechzycia.pl
+48 578632026

www.oddechzycia.pl
mukoprzedzskole.pl
mukoszkola.pl



Oddech Życia

podziel się oddechem!

ISBN 978-83-965938-3-2



9 788396 593832