

Unità Operativa di GASTROENTEROLOGIA ED ENDOSCOPIA DIGESTIVA
Direttore: Prof.ssa Elisabetta Buscarini

Foglio informativo per pazienti con stenosi esofagea

Il suo esofago presenta una porzione più ristretta (stenosi) di quanto dovrebbe. Queste istruzioni Le sono fornite per aiutarLa ad alimentarsi in modo da assumere un sufficiente quantitativo di cibo e di calorie. Non esiti a chiedere se ha domande o preoccupazioni.

Dieta: può assumere cibi liquidi o frullati. Sono permessi cibi solidi, ma devono essere ben tagliati e ben masticati (va bene anche la pastasciutta purché ben condita con olio e tagliata a piccoli pezzi). Evitare grossi pezzi, cibi duri, stopposi o fibrosi che possono ostruire la stenosi.

Cibi comuni da evitare: arancia e pompelmo a pezzi, mandarini, sedano, frutta non sbucciata, finocchi, carciofi, lattuga, cereali a pezzi.

Tutte le compresse devono essere rotte o schiacciate e assunte con liquidi.

Cosa fare: mangi lentamente, non cerchi di stare al passo con gli altri.

Mastichi il cibo due volte più a lungo del normale. Questo riduce la massa e previene eventuali ostruzioni della stenosi.

Se ha la dentiera la indossi. Se non è efficiente consulti il dentista al più presto.

Sedersi dritti mentre si mangia; una sedia con schienale rigido può essere di aiuto.

Beva abbondante acqua mentre mangia (meglio un sorso dopo ogni boccone) e sempre una piccola quantità di bibita gassata dopo ogni pasto.

Cosa non fare: non mastichi velocemente, nemmeno i cibi a piccoli pezzi. Non inghiotta pezzi interi di cibo. Se ha la sensazione che il cibo si blocchi non continui a mangiare ma si alzi, beva un poco di bibita gassata e cammini fino a che non sente libero il passaggio del cibo.

Emergenze: se improvvisamente fa fatica ad inghiottire beva piccoli sorsi di bibita gassata camminando.

Se non riesce ad inghiottire liquidi per più di 2 o 3 ore, non assuma cibo, non si allarmi, contatti il suo Medico o il Servizio di Endoscopia.