

La maladie de Parkinson nécessite-t-elle une alimentation adaptée ?

Un régime alimentaire spécifique n'est pas préconisé dans le traitement de la maladie de Parkinson. Cependant, certaines manifestations symptomatiques de la maladie de Parkinson peuvent influencer la manière de vous alimenter et entraîner un déséquilibre nutritionnel, petit appetit lié aux problèmes de déglutition ou à l'inverse comportement boulimique.

Pas de régime particulier mais une alimentation variée et équilibrée

Dans le cas d'une perte de poids, il est conseillé d'augmenter les apports énergétiques :

- Garder les 3 repas quotidiens et manger dès que la faim se fait ressentir.
- Instaurer des collations au cours de la journée.
- Enrichir votre alimentation en protéines, en lipides et glucides.

En cas de perte ou de prise de poids significative, parlez-en à votre médecin.

Quelques conseils préventifs sur l'alimentation dans la maladie de Parkinson pour prévenir des troubles intestinaux ou de la déglutition

Certains patients parkinsoniens peuvent souffrir de troubles intestinaux, notamment de constipation, liés au traitement de la maladie de Parkinson et au mode de vie contrarié.

6 malades de Parkinson sur 10 souffrent de constipation ¹

Faciliter le transit dans la maladie de Parkinson

- stimuler son transit par des massages abdominaux dans le sens des aiguilles d'une montre
- s'hydrater : plus d'1 litre d'eau par jour
- Inclure progressivement des fibres dans l'alimentation
- Avoir une activité physique régulière

Des troubles de la déglutition peuvent aussi toucher les malades de Parkinson. Une rééducation orthophonique permet de corriger ce trouble qui suppose la synchronisation de nombreux muscles.

Favoriser la déglutition dans la maladie de Parkinson

- Se tenir droit ou légèrement penché en avant
- Privilégier des boissons épaisses et fraîches
- Boire de l'eau pétillante

Prendre son temps pour manger et mâcher lentement
Accompagner ses aliments d'une sauce

¹ Defebvre L et Vérin M. La maladie de Parkinson. 2011, Elsevier Masson

British Dietetics Association (BDA). Best practice guideline for dietitians on the management of Parkinson's

LES INFORMATIONS FOURNIES SUR WWW.ORKYN.FR SONT DESTINÉES À AMÉLIORER, NON À REMPLACER, VOTRE RELATION DIRECTE AVEC LES PROFESSIONNELS DE SANTÉ.

En savoir plus sur la maladie de Parkinson :

[Quels sont les bienfaits de l'activité physique sur la maladie de Parkinson ?](#)

[Pourquoi ORKYN' utilise-t-il l'actimétrie dans la maladie de Parkinson ?](#)

[Quelle est la relation entre la maladie de Parkinson et les troubles du sommeil ?](#)

[Kinésithérapie, orthophonie, ergothérapie : Les techniques de rééducation de la maladie de Parkinson ?](#)

[Traitement de la maladie de Parkinson : Conseils d'utilisation de la pompe à apomorphine](#)

[Quels sont les symptômes de la maladie de Parkinson ?](#)

Cet article a-t-il été utile ? [OUI](#) / [NON](#)