

吞嚥困難衛教指導

吞嚥困難

吞嚥困難指因病人功能性、結構性損傷或支配吞嚥的神經肌肉調節受損，導致導致口腔將食物推送到胃部的過程發生困難。

吞嚥困難致病原因

吞嚥困難常見於腦中風、創傷性神經損傷、頭部外傷、重症肌無力等。

吞嚥困難的症狀

- ◆ 嘴巴無法閉合、流口水
- ◆ 食物含在嘴巴無法嚥下
- ◆ 吞不乾淨有殘留食物
- ◆ 無吞嚥動作
- ◆ 吞嚥前、中、後有嗆咳
- ◆ 進食時口中食物會外漏
- ◆ 進食時間很長、多次進食

吞嚥困難的處理

- ◆ 為維持營養及避免嗆到，經醫師評估後放置鼻胃管。
- ◆ 有需要時轉介語言治療師，進行吞嚥訓練。

吞嚥飲食準備

- ◆ 水、牛奶、豆漿及液體食物，可依照語言治療師建議，使用增稠劑調配稠度，避免嗆到。
- ◆ 避免吃過黏或體積過大食物(如湯圓、糯米製品、麻糬、年糕、貢丸、魚丸)。
- ◆ 較硬水果可磨成果泥(蘋果、梨子)。
- ◆ 含籽水果應先去籽再切碎，以利咀嚼(如龍眼、荔枝、葡萄)。



吞嚥訓練影片

吞嚥困難進食注意事項

- ◆ 進食時保持坐直90度
- ◆ 使用湯匙面淺、長柄湯匙
- ◆ 使用吸管(用手指控制大小口)
- ◆ 使用缺口杯，可避免仰頭喝水，導致嗆咳。
- ◆ 食物由健側餵食。
- ◆ 吞嚥後若是感覺喉頭有異物感但並未嗆咳，可以每吞嚥2~3次就咳嗽清1~2次喉嚨。
- ◆ 進食時勿說話。
- ◆ 吞嚥後聽病人的聲音，如果聲音混濁帶水聲，要咳嗽清一清喉嚨。