



## 吞嚥障礙的處理

- 吞嚥障礙的人未必能從外表分辨出來，常有靜默式吸入所導致的相關症狀。
- 吞嚥障礙的症狀表現包括：吃東西或喝水不順利、容易被口水或食物嗆到、食物無法下嚥、吃東西常咳嗽等。
- 由於吞嚥障礙的人吃飯速度比較慢，旁人千萬不要催促，並應注意病人吃飯要專心、細嚼慢嚥，以免增加食物嗆入氣管或噎到的風險。
- 有不少使用鼻胃管的中風病人，不見得完全無法從嘴巴進食，有些人還是可以自己吃質地較軟爛的食物。
- 需評估病人個別狀況，**遵從專業人員的建議**，選擇合適的食材性質，並以正確的輔助姿勢進食。
- 避免躺著進食，食物放在好側或舌根。
- 餐後1小時內勿躺著，避免嗆到增加吸入性肺炎之風險。

吞嚥障礙類別	輔助進食姿勢	食物性質建議
舌頭控制能力欠佳	頭下壓將食物放口中咀嚼 吞嚥時頭同時向後甩高	液體或粘稠食物
單側口腔或舌頭功能欠佳	頭傾向健側	液體或粘稠食物
吞嚥反射遲緩	頭部下壓	乾的食物
聲帶或喉部閉合不全	頭部下壓	乾的食物
單側咽部蠕動能力欠佳	頭轉向患側	液體或液體固體交替

- 若有吞嚥障礙相關問題，歡迎洽本院復健科門診諮詢。