

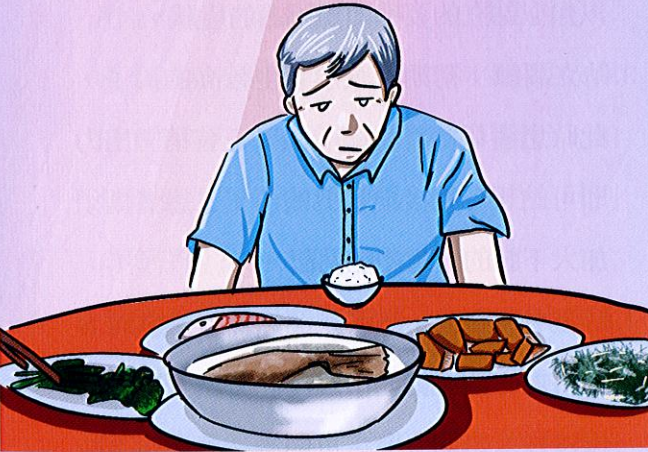
吞嚥障礙的護理技巧

文/神經內外科病房 白雅菁 護理長

吞嚥障礙是指因機能上、構造上或心理的原因造成進食時食物不易咀嚼、下嚥或容易哽噎。

臨床上吞嚥障礙的症狀

1. 咀嚼或吞嚥需過多的口腔動作。
2. 吞嚥反射有困難。
3. 進餐中或進餐後常出現咳嗽或噎咳。
4. 每餐後口腔內仍殘留許多食物。
5. 食物堆在口腔內的一側不自覺，或咀嚼中食物往外掉落。
6. 平時有流口水情形。
7. 進食完後發聲會有咕嚕聲。
8. 慢性呼吸窘迫。
9. 肺炎。



預防吞嚥障礙原則

- A. 以口腔進食方式：依吞嚥困難原因調整進食方式及選擇食物。
 1. 最佳的吞嚥姿勢：坐姿或半坐臥姿。
 2. 注意口中食物放置位置。
 3. 適當的食物性質並注意每一口的量。
- B. 非口腔進食方式：短期利用鼻胃管進食，待吞嚥功能改善或學習吞嚥技巧後可安全進食再拔除

家屬能夠做什麼？

1. 與醫療人員溝通，瞭解病人的吞嚥困難處及吞嚥治療計劃。
2. 支持鼓勵病人參與吞嚥治療並依計劃配合治療。
3. 提供病人醫護人員允許的食物質地。
4. 提供充裕的時間及安靜的環境，以便讓他專心進食。
5. 要確定病人已完成進食，再給下一口食物。
6. 若發生噎咳情形應立刻停止進食。
7. 保持口腔衛生，進餐後應清潔口腔，並確定無殘留食物在口中。
8. 避免食物逆流或打嗝哽噎，於餐後維持坐姿20-30分鐘。
9. 每週量體重一次，以監測病人營養狀況。
10. 三餐有變化，增加吞嚥困難病人之食慾。



何謂吞嚥困難
資料來源：中山醫學大學
附設醫院吞嚥困難衛教單張



中風患者居家照護進食篇
資料來源：台灣腦中風
學會衛教園地