



LUTTER CONTRE LES TROUBLES DE LA DÉGLUTITION

***Préserver la sécurité et le plaisir
alimentaires du patient***

Prendre en compte les troubles de la déglutition est essentiel à toutes les étapes de la prise en charge du patient. Objectifs : éviter le danger des fausses routes et ne pas priver la personne du plaisir d'une alimentation orale. Voici quelques conseils pour limiter ces risques et désagréments.



Hygiène buccale

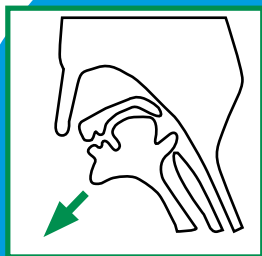
- > Bouche propre et hydratée.
- > Prothèses en place et adaptées (utiliser des colles), sinon les enlever.

Positionnement

- > Personne assise, buste redressé, menton fléchi, tête tournée vers le côté malade si hémiplégié.
- > Soignant assis en face, au même niveau.

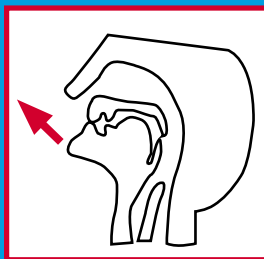
Quand on avale :

Faire



Baisser la tête

Ne pas faire



Lever la tête

Environnement

- > Cadre plaisant.
- > Ambiance calme (pas de bruit, radio et télévision éteintes).
- > Prendre son temps, mais pas de repas > 30 min.
- > Fractionner les repas.
- > Ustensiles adaptés : petites cuillères, verre à grande ouverture (photo ci-dessous), paille... **Pas de “verre canard” ni de cuillère à soupe.**



Lutter contre les troubles de la déglutition est essentiel car ceux qui en souffrent ont tendance à moins s'alimenter...

EN SAVOIR PLUS

Les troubles de la déglutition sont aussi appelés “dysphagies”, il s'agit d'une difficulté ou d'une incapacité à avaler normalement. Ils peuvent se traduire par une salivation excessive, par un blocage des aliments au fond de la gorge. Une toux peut apparaître lorsque l'on boit ce qui entraîne une fausse route, c'est-à-dire un passage de la boisson dans les voies respiratoires.

NOS CONSEILS



Aliments

- > Froids ou chauds (**jamais tièdes**), goûteux.
- > Éviter les aliments très fibreux (salade), en graines (semoule, riz) ou à texture collante.
- > Enrichir (cf. annexe dénutrition).
- > Si alimentation mixée : texture lisse, homogène sans grumeaux.

Boissons

- > Froides ou chaudes (**jamais tièdes**), aromatisées ou pétillantes.
- > Utiliser des compotes ou yaourts.
- > Épaissir (afin d'augmenter la viscosité et ralentir la vitesse d'écoulement) :
 - épaississants instantanés, à doser.
 - eaux gélifiées.

Alimentation

- > Petites bouchées.
- > Positionnement au milieu de la langue.
- > Stimuler en verbalisant les étapes : « *Ouvrez la bouche, mâchez, avalez.* »
- > **Vérifier la déglutition entre les bouchées** : demander à la personne d'ouvrir la bouche pour s'assurer qu'elle est vide.
- > Latence de 5 à 10 secondes entre 2 bouchées.
- > Éventuellement, faire boire entre 2 bouchées.

