

- Deglutire ogni boccone completamente, fare colpi di tosse o raschiare la gola ogni 3-4 bocconi e deglutire poi solo la saliva;
- Bere i liquidi come è stato indicato: a piccoli sorsi dal bicchiere, con un cucchiaino, con aggiunta di addensante o sostituiti dall'acqua gel;
- Non bere liquidi con cibo in bocca!
- Non estendere il capo verso l'alto per bere ma tenere il mento verso il basso (se necessario utilizzare bicchieri per disfagici con incavo);
- Assicurare a fine pasto una buona igiene orale (sciacquare o pulire bocca, denti e/o dentiera);
- Restare seduto, dopo il pasto, dai 15 ai 30 minuti.

La persona che somministra il pasto deve:

- Sedersi alla stessa altezza o più in basso della persona disfagica (per evitare che estenda il capo in alto);
- Evitare sempre di somministrare per bocca cibi e/o liquidi con siringhe;
- Controllare la quantità di cibi e liquidi assunti e se necessario (es: perdita di peso o rifiuto del cibo) riferire al **Medico**;
- Controllare che la dentiera (se presente) aderisca bene alle gengive;
- Riferire al **Medico** rialzi di febbre anche minimi;
- Assicurarsi che vengano attuati i consigli forniti.

A cura di :

Dott.ssa Laura Barchiesi - Dott.ssa Daniela Bisciaio- Logopediste FLI Marche
Presidente FLI Marche Dott.ssa Alessandra Renzi



LA DISFAGIA

QUANDO MANGIARE DIVENTA DIFFICILE...



Opuscolo informativo per la persona disfagica, i familiari o gli assistenti che la seguono durante i pasti

Introduzione

La **disfagia** è la difficoltà a deglutire sostanze solide o liquide rendendo problematica, o addirittura impossibile un'alimentazione orale autonoma e sicura. Deglutire è un atto elementare della vita:

- in media, un uomo deglutisce circa mille volte al giorno per bere, mangiare e ingoiare la saliva.

Il paziente con disfagia è da considerare una persona con Bisogni di Salute Complessi, la disfagia:

- colpisce un altissimo numero di individui,
- interessa diverse fasce di età,
- origina da patologie anche a indice di severità elevata,
- è causa di complicanze significative,
- si ripercuote sulla Salute, sulla partecipazione alle attività e sulla Qualità di Vita di chi ne è affetto e di chi lo circonda.

Il logopedista è la figura sanitaria e riabilitativa che a pieno titolo svolge attività di valutazione, rimediazione e formazione dei disturbi della deglutizione, in collaborazione con la rete di esperti coinvolti per i diversi settori nel percorso diagnostico e terapeutico del paziente, operando con modalità e intensità diversa secondo il livello di gravità del disturbo.

In occasione della Giornata Europea della Logopedia, la Federazione Logopedisti Italiani Marche, tra le varie iniziative, ha prodotto questo opuscolo, con lo scopo di dare ai pazienti, familiari e caregivers semplici informazioni sulla presa in carico logopedico-riabilitativa e consigli pratici sulla gestione domiciliare delle problematiche della deglutizione- alimentazione.

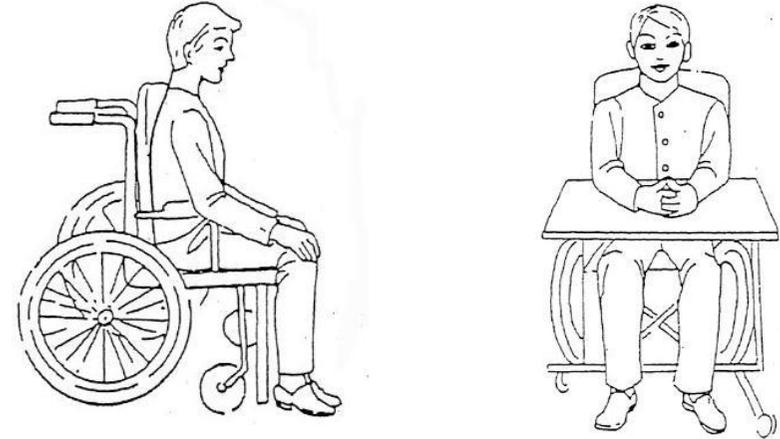
Presidente FLI Marche
Dott.ssa Alessandra Renzi

CONSIGLI DA SEGUIRE DURANTE I PASTI:

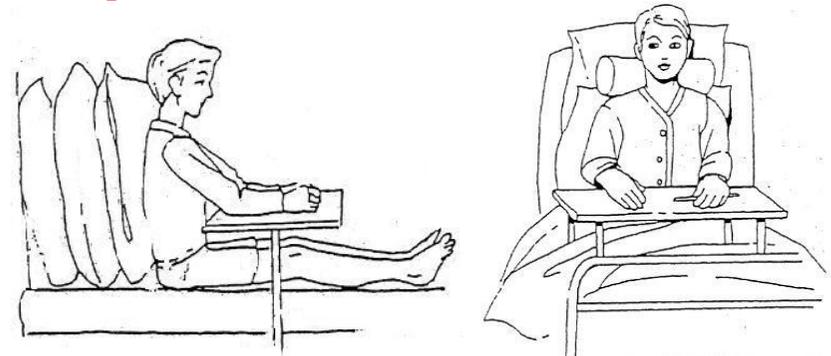
Il paziente disfagico deve:

- Stare seduto a 80°/90° e assumere la posizione del capo indicata (di solito capo flesso in avanti);

posizione corretta da assumere in carrozzina o sedia



posizione corretta da assumere a letto



- Stare sveglio ed eliminare le distrazioni (es: spegnere la tv, non intrattenere una conversazione)
- Prendere piccole quantità di cibo e procedere lentamente;