

### 一、什麼是吞嚥困難?

吞嚥時的任何一個步驟(口、咽、食道)發生問題，都會無法順利的進食。

### 二、吞嚥困難的原因

常見原因為支配吞嚥的肌肉或神經發生問題，食物因肌肉或神經控制協調不佳而容易掉入氣管，嚴重時可能導致肺炎。

### 三、吞嚥困難的症狀

- (1)進食中或進食後時常咳嗽或噎到
- (2)吃完飯後口腔內仍殘留食物
- (3)流口水
- (4)需吞嚥數次才能吞下食物
- (5)進食完後發聲會有咕嚕聲
- (6)進食中，食物會堆積在口腔，或食物掉出嘴巴
- (7)有液體從鼻子或氣切管溢出來

### 四、注意事項

- (1)進食時，請務必坐起或搖高床頭 90 度
- (2)正確餵食姿勢：



勿站著餵食



坐在旁邊餵食，  
預防進食時頭仰起造成噎咳。

- (3)給予病人充足時間進食，建議一口一口慢慢餵食，完全吞下後再給下一口。
- (4)進食時不要說話，才能集中注意力專心進食，若病人有噎咳情形，應立即停止進食。
- (5)進食時，可於液體食物中加入增稠劑以避免噎到。
- (6)病人意識清楚且有假牙的情況下，建議繼續使用假牙，防止牙齦萎縮。
- (7)避免使用吸管，以免造成液體進入氣管。
- (8)進餐後，勿很快躺下，讓病人繼續維持直坐姿勢 30-40 分鐘，可助消化和吸收，避免食物逆流到喉嚨。
- (9)即使病人未由口進食，仍需加強口腔護理，避免口內細菌孳生。
- (10)對於吞嚥困難的病人，應在平時給予一些口腔的按摩，增加口腔吞嚥的功能，按摩前請先將手洗乾淨，將手指伸進嘴巴內，可在牙齦、牙齒，內、外部臉頰、嘴巴附近，做局部性按摩。
- (11)輔具的選擇：可選擇匙面較小及握柄較長的湯匙餵食。
- (12)進食完應執行口腔清潔並檢查口腔兩頰內是否仍有殘留物，請病人咳嗽，以清喉嚨方式將食物咳出來，避免吸入性肺炎。

若有問題請隨時提出，護理人員非常樂意為您服務，出院後如有任何疑問，可利用馬偕醫院健康諮詢專線—台北/淡水(02)25713760、新竹馬偕(03)5745098、台東馬偕(089)310150 轉 311，諮詢時間：週一至週五上午 9:00-12:00，下午 2:00-5:00。

祝您 平安健康