

COME MIGLIORARE LA DEGLUTIZIONE

I CONSIGLI DELLA LOGOPEDISTA

Monitorare eventuali segni di difficoltà di deglutizione e segnalarle al Medico.

In particolare:

- tosse dopo aver bevuto o mangiato
- voce gorgogliante
- sensazione di bolo fermo in gola e di difficoltà di passaggio del bolo
- lentezza nel deglutire
- affaticabilità durante il pasto
- calo di peso



STRATEGIE PER MIGLIORARE L'ASSUNZIONE DEGLI ALIMENTI:

- sedersi bene sulla sedia, in posizione stabile, con buon controllo del tronco
- mantenere il tronco a 90 gradi e il capo flesso anteriormente
- rimanere concentrati, evitare di parlare, evitare di fare più cose contemporaneamente

IN CASO DI DIFFICOLTÀ DEGLUTITORIA/DISFAGIA

seguire attentamente le istruzioni fornite dal Medico e/o dal Logopedista

In particolare, per evitare problemi legati all'aspirazione di cibi nelle vie aeree, fare attenzione alle consistenze dei cibi:

- evitare i cibi secchi, granulosi, filacciosi
- evitare i cibi parcellizzati (per esempio il riso)
- evitare le doppie consistenze (per esempio la minestrina in brodo)

Bere utilizzando la cannuccia

Assumere i farmaci con un bolo di alimento morbido a consistenza omogenea (yogurt omogeneo, mousse di frutta, budino)