

有一种想吃不能吃的“痛”，叫吞咽障碍

发布时间：2021-12-07 11:16:00 发布人：本站编辑 文章来源：长治医学院附属和平医院 浏览 8 次

民以食为天，是老祖宗传下来的“祖训”。在人人都是“干饭人”的今天，却有这样一群人饱受着想吃不能吃的痛，他们就是吞咽障碍患者。

随着人口老龄化程度的加深，阿尔兹海默病、帕金森病、脑卒中等患病率快速增长，吞咽障碍的发病率同样持续增长。而它们都有一个共同的发病人群“老年人”。2016年《欧洲吞咽障碍学会-欧盟老年医学会白皮书》报道：独居老人吞咽障碍发生率为30%~40%，老年急症者发生率为44%，养老/医养机构老人发生率为60%，老年人群中存在吞咽障碍的比例远高于想象……在我国，吞咽障碍管理已被纳入卒中中心管理项目。



什么是吞咽障碍？

简单地说“吞咽障碍”就是不能将食物安全有效地运送到胃内的过程。

除了吃不下，吞咽障碍还可能导致多种并发症，如脱水、营养不良、误吸、肺部感染等，不但影响患者健康，甚至带来致命的危险。

当我们出现这些症状时，建议您马上到医院康复医学科就诊，精准评估患者的吞咽功能，选择合适患者的食物种类及一口量。



吞咽障碍患者如何保证进食的安全性呢？

首先根据吞咽专科评估后选择合适的、质地均匀的食物，不要混合不同质地的食物。

其次要确定一口量并缓慢进食，要叮嘱每口吞咽结束后再进行下一口食物的进食。

进食时要保持环境安静，避免交谈分散注意力，尽量取坐位进餐，不能坐位的要摇高床头 45°——60°。

餐后保持姿势 30 分钟，推荐使用缺口杯进行饮水，不宜使用吸管喝水，勺子易选择长柄表浅扁平。

另外还要注意保持口腔的清洁卫生，有误吸的患者应使用增稠剂调配食物、液体。（马丽）