

吞嚥障礙之餵食注意事項指導

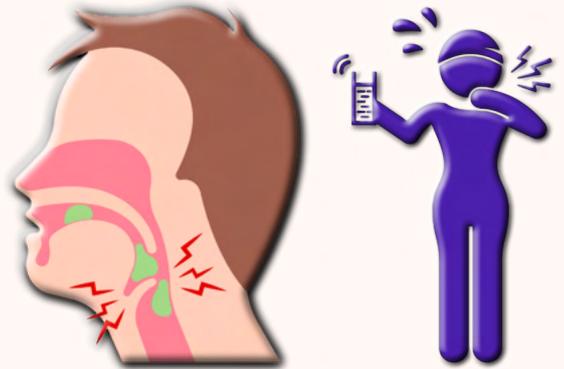
一、目的：協助吞嚥障礙病人餵食的技巧。

二、準備用物：

- 1.毛巾
- 2.長尖型較淺之湯匙
- 3.碗盛裝食物

三、步驟：

- 1.向病人解釋目的、步驟及注意事項。
- 2.保持用餐環境的安靜，將注意力集中在進食上。
- 3.協助坐起 60-90 度，以枕頭放頭後，毛巾放於臉頰下，維持舒適的進食姿勢。
- 4.讓病人親眼看到食物，增加食慾，促進消化液的分泌。
- 5.重覆以口令動作以一小口食物餵食，請他吞嚥兩次進行。口令：打開嘴巴，嚐一嚐，用你的舌頭將食物舉至上顎，縮下巴吞下去，期間可用手協助他。(吞嚥無問題者可省去此步驟)
- 6.維持坐姿45 度以上至少一個小時才可平躺休息，以免食物逆流。
- 7.記錄吞嚥情形、進食量與種類及特別情形發生。



四、注意事項：

- 1.餵食時要緩慢且適量，如腦中風的病患應將食物放健側口。
- 2.應準確的放入口中，確認已咀嚼吞下後再餵。
- 3.進食後請清潔口腔保持潮濕。
- 4.當病人發生咳嗽時，請停止餵食，讓病人至少休息半小時再試，若多次發生則要停止餵食，並告知醫師及護理人員。
- 5.吞嚥訓練期間仍應有鼻胃管或其他方式以補充不足的水份及營養。

五、吞嚥障礙進食的注意事項：

- 1.進餐中每口食量的控制：小口進食，每次應以一茶匙為準，待病人完全吞嚥，無食物殘渣堆積在咽喉時，再繼續吃下一茶匙。
- 2.安全由口進食，不論何種食物，一秒以內吞一口，吞嚥過程 90%不嗆到。
- 3.進食姿勢：千萬不要躺著進食，大部分的吞嚥障礙者最佳的進餐姿勢是上半身坐挺，使臀部與軀幹成90度角。若吃或喝時咳嗽，頭向前傾。
- 4.提供患者充裕的時間進餐，每餐至少30分鐘。
- 5.進餐後，切勿很快躺下，應讓病人繼續維持直坐姿勢 20-30分鐘，可助消化和吸收，避免食物逆流到喉嚨。
- 6.進食完後，幫助病人清潔口腔並洗手。

修訂日期：2025/2/26
諮詢專線：02-66289779轉2058
FNC00D116-F5