

餵食守則：守護病人的進食安全

一、進食前的準備：精神好、坐得正

- 確認清醒：餵食前先跟病人說說話。如果病人昏昏欲睡、精神不好，千萬不要餵食，否則食物容易掉進氣管。
 - 口腔清潔：進食前先清潔口腔。嘴巴乾淨了，就算不小心嗆到，也能減少細菌進入肺部引發肺炎的風險。
 - 正確坐姿：原則上盡量保持直立姿勢（約 90 度）。
 - ★ 千萬不能躺著或仰頭餵食，如果病人頭部無法維持直立姿勢，可於頭部後方放置小枕頭，讓頸部和地板呈現 90 度姿勢。
-

二、餵食中的觀察：小口餵、慢慢吞

- 遵循專業飲食建議：只能給語言治療師交代可以吃的食物（例如：液體、泥狀、糊狀），食物質地盡可能均質。
 - 小口慢慢餵：使用小湯匙，每次只餵半匙到一匙。
 - 確認有沒有吞完：
 1. 看脖子：觀察喉嚨有沒有「上下移動」一次。
 2. 聽聲音：吞完後請病人發出「啊」的聲音。如果聲音聽起來溼答答的（像有痰），先不要餵下一口。
 3. 看嘴巴：定期檢查臉頰兩側有沒有殘留的食物。
 - 環境安靜：關掉電視，不要跟病人聊天，讓他們專心吞嚥。
-

三、！！！！！！危險訊號！！！！！！：有異狀、快停手

進食中或進食後，如果發現以下狀況，請立刻停止餵食並通知醫護人員：

- 呼吸變喘：突然呼吸變快、變用力。
 - 血氧下降：如果有夾血氧機，數值掉到 90% 以下。
 - 臉色改變：臉色發青、發紫。
 - 咳嗽不止：只要吃東西或喝水就連續咳嗽，或是痰液突然變多。
-

四、進食後的照護：清嘴巴、不躺下

- 再次清潔：吃完後檢查口腔，把殘留的食物渣清乾淨。
 - 維持坐姿：吃完飯後，請讓病人維持 60 度-90 度坐姿，並維持 1 小時
 - ★ 注意：絕對不可以吃完馬上躺下，避免食物逆流（溢奶）嗆進氣管。
-

給看護與家屬的小叮嚀

吞嚥治療是一個團隊合作，您的照護是病人復原的關鍵之一，請務必與語言治療師和醫療人員們保持溝通。如果您對吞嚥治療方針有疑問，請隨時詢問和討論，切勿自己餵食和改變食物質地。