

Panduan Menyuarakan Makanan: Memastikan Keselamatan Pesakit Semasa Makan

1. Persediaan Sebelum Makan: Sedar & Duduk Tegak

- **Pastikan pesakit dalam keadaan sedar:** Berbual-bual dengan pesakit sebelum menyuarakan makanan. Jika pesakit kelihatan mengantuk atau tidak bermaya, jangan sesekali menyuarapnya kerana makanan mudah tersedak ke dalam saluran pernafasan.
- **Kebersihan mulut:** Bersihkan mulut pesakit sebelum makan. Mulut yang bersih dapat mengurangkan risiko bakteria yang menyebabkan pneumonia masuk ke dalam paru-paru sekiranya tersedak.
- **Posisi duduk yang betul:** Pastikan pesakit duduk tegak (sekitar 90 darjah).
 - ★ Jangan sesekali menyuar pesakit dalam keadaan baring atau kepala mendongak.
 - ★ Jika pesakit tidak dapat mengekalkan posisi kepala tegak, letakkan bantal kecil di belakang kepala supaya kedudukan leher pesakit sentiasa tegak 90 darjah dengan lantai.

2. Pemerhatian Semasa Menyuar: Suapan Kecil & Telan Perlahan

- **Patuhi saranan diet profesional:** Hanya berikan makanan yang dibenarkan oleh terapis pertuturan (contohnya: cecair, puri, dan pes). Tekstur makanan sebaiknya sehati.
- **Berikan suapan kecil secara perlahan-lahan:** Gunakan sudu kecil dan berikan hanya separuh sudu bagi setiap suapan.
- **Pastikan makanan telah ditelan sepenuhnya:**
 - Perhatikan leher: Perhatikan sama ada kerongkong pesakit bergerak "naik turun" sekali.
 - Dengar suara: Selepas pesakit menelan, minta pesakit menyebut "Ah". Jika suaranya kedengaran "basah" (seperti ada kahak), jangan berikan suapan seterusnya lagi.
 - Periksa mulut: Periksa kedua-dua belah pipi secara berkala untuk memastikan tiada sisa makanan yang tertinggal.
- **Persekitaran yang tenang:** Tutup televisyen dan elakkan berbual dengan pesakit supaya mereka dapat fokus semasa menelan.

3. !!!!! Tanda Bahaya: Hentikan Segera, Jika Ada Kelainan !!!!!

Hentikan penyuaran **SEGERA** dan maklumkan kepada jururawat/doktor jika perkara berikut berlaku semasa atau selepas makan:

- Pernafasan tercungap-cungap: Pernafasan menjadi laju secara tiba-tiba atau pesakit kelihatan susah untuk bernafas.
- Tahap oksigen menurun: Nilai pulse oximeter jatuh di bawah 90%
- Perubahan warna muka: Muka menjadi pucat, kebiruan atau keunguan.
- Batuk berterusan: Batuk tanpa berhenti sebaik sahaja makan atau minum, atau kahak bertambah secara tiba-tiba.

4. Penjagaan Selepas Makan: Bersihkan Mulut & Jangan Baring Terus

- Pembersihan Semula: Periksa rongga mulut selepas makan dan bersihkan semua sisa makanan yang tertinggal dengan teliti.
- Kekalkan posisi duduk: Pastikan pesakit kekal dalam posisi duduk (sudut 60 hingga 90 darjah) selama 1 jam selepas makan.
- Perhatian: Jangan baring serta-merta selepas makan untuk mengelakkan regurgitasi atau makanan tersedak ke dalam saluran pernafasan.

Peringatan Mesra buat Penjaga dan Ahli Keluarga

Terapi penelanan merupakan usaha secara berpasukan. Penjagaan anda adalah salah satu kunci utama pemulihan pesakit, oleh itu sila pastikan anda sentiasa berkomunikasi dengan terapis pertuturan dan kakitangan perubatan. Jika anda mempunyai sebarang keraguan mengenai rancangan rawatan penelanan, sila tanya dan bincang pada bila-bila masa. Jangan sesekali menyuarakan makanan atau mengubah tekstur makanan sendiri tanpa kebenaran.