

第十課：吞嚥困難及糊餐介紹

雀巢健康科學



■ 吞嚥困難的成因

吞嚥困難或吞嚥障礙是指咽喉出現阻塞，或是在吞嚥的過程中出現問題。雖然吞嚥困難在長者中最为常見，但由於吞嚥困難有多種成因，任何年紀人士也有機會受到影響。吞嚥困難可引致其他健康問題，應及早接受適當的診治。患者會在吞嚥、喝水、咀嚼、進食、吸啜、控制唾液、服藥等方面遇上困難，食物或液體有機會進入呼吸道。吞嚥困難可發生在任何年齡人士，也可分為短期性或長期性，成因主要與健康狀況、身體機能及構造有關。

■ 吞嚥困難的徵狀

- 吞嚥時咳嗽
- 需要更長的時間來吞嚥
- 感覺食物黏附於喉嚨
- 食物倒流
- 吞嚥後聲音混濁
- 每口食物需要重複多次吞嚥
- 吞嚥後食物殘留在舌頭上或口腔內



更多資料：吞嚥困難小測試

■ 吞嚥困難的後果



營養糊餐適合吞嚥、咀嚼困難成人食用。如有需要，可諮詢醫護人員。

吞嚥困難的患者很容易在飲水或吞食時出現困難，令他們不能享受進食的樂趣，長遠更有機會導致進食不足做成營養不良。如果食物誤跌入氣管，或俗稱「落錯格」，可能會引致不同程度的併發症例如吸入性肺炎，所以千萬不要忽視吞嚥困難的徵狀，應及早諮詢言語治療師和醫生！

(資料來源：雀巢健康科學)