

Quelques astuces préventives

- Installez la personne en position assise, la tête droite et inclinée vers l'avant.
- Créez un environnement calme pendant les repas.
- Veillez à une bonne hygiène buccale avant et après les repas (bains de bouche, brossage des dents, nettoyage des prothèses dentaires).
- Fixez les prothèses dentaires correctement.
- Ne parlez pas à la personne en mangeant et ne détournez pas son attention.
- Coupez de petits morceaux, écrasez ou mixez les aliments plus difficiles à mastiquer.
- Donnez des bouchées avec une cuillère à dessert pour faciliter la préparation du bol alimentaire (masse alimentaire mastiquée et imprégnée de salive).
- Préférez un verre muni d'une paille à une tasse, une tasse à bec verseur (« canard ») ou placez une paille dans le trou du « canard ».
- Faites faire des pauses à la personne et assurez-vous que la respiration reste fluide après chaque déglutition.
- Laissez la personne en position assise et droite pendant 30 minutes avant de la coucher.

Les repas doivent rester un moment privilégié de convivialité et de plaisir !

La personne «avale de travers». Que faire ?

Couchez-la sur le côté et incitez-la à tousser et à cracher.

Attention !

- **Ne lui tapez pas dans le dos.**
- **Ne lui donnez pas à boire.**
- **Ne réalisez pas le « bouche à bouche ».**

Infos & Contacts

Site d'Ath	065 / 61.43.03
Site de Baudour	065 / 61.42.99
Site d'Hornu	065 / 61.43.06



Troubles de la déglutition : prévention

EpiCURA
mon hôpital

Centre Hospitalier EpiCURA asbl
Siège social :
rue Louis Caty 136 - 7331 Baudour

T. : 078 / 150 170
www.epicura.be

EpiCURA
mon hôpital

La déglutition est l'action d'avaler :

- la salive,
- les liquides,
- la nourriture mâchée, jusqu'à l'estomac.

Par jour, nous déglutissons environ 600 fois. Cela demande une action mécanique et instinctive de plusieurs muscles et nerfs.

Lorsque ces derniers ne fonctionnent plus correctement, des troubles de la déglutition appelés dysphagie apparaissent.

Les symptômes

- Changement des habitudes alimentaires
- Perte de plaisir pour manger, diminution de l'appétit et/ou perte de poids
- Apparition d'une toux pendant et/ou après les repas
- Mastication longue
- Conservation de la nourriture en bouche
- Voix mouillée, modifiée
- Gêne ou douleur au niveau de la gorge, lors du repas
- Encombrement pulmonaire et respiration difficile
- Etc.

Les conséquences

1. Complications respiratoires

Pneumopathies causées par les aliments liquides et/ou solides mal ingérés (« avalés de travers ».)

2. Malnutrition

- Amaigrissement
- Dénutrition

3. Déshydratation

4. Isolement social

- Peur
- Honte de manger ou de boire en public

Que faire en cas de dysphagie ?

Consultez votre médecin traitant ou un spécialiste ORL (nez-gorge-oreilles). Il vous orientera vers un thérapeute spécialisé afin de

- réaliser un bilan de déglutition,
- fournir des conseils,
- proposer une rééducation de la déglutition.

Les spécialistes

Le / la logopède mène un bilan complet de la déglutition et fournit notamment des conseils permettant d'adapter la texture des aliments et des boissons pour avaler en toute sécurité.

L'ORL complète le bilan initial via une vidéofluoroscopie permettant d'observer et de filmer la déglutition par radiographie.

Le / la diététicien(ne) fournit une alimentation complète avec la bonne consistance.

L'ergothérapeute adapte le matériel pour une prise des repas dans les meilleures conditions possibles (fauteuil, couverts, verre à découpe nasale, etc.).

