

## 语言治疗

皇家北岸医院与莱德医院 (Royal North Shore and Ryde Hospitals)

# 面对慢性吞咽困难时如何抉择

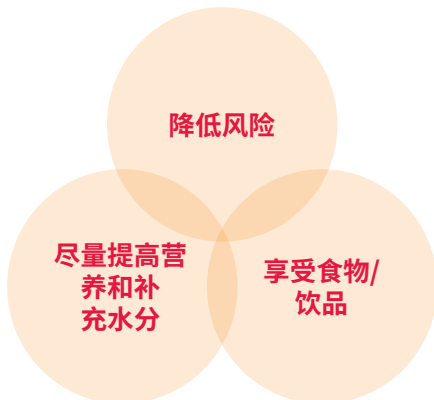
**吞咽困难** 是用于描述吞咽问题的术语。吞咽困难可能与食物和/或饮料有关。有些患者可能在吞咽唾液方面有困难。

吞咽障碍会增加食物、液体或唾液“走错路”进入肺部的风险。这种情况称为 **误吸**，误吸可导致肺炎。误吸有时会让患者感到非常不舒服。有时患者可能不知道有误吸的情况发生 - 这种情况称之为 **‘隐性误吸’**。

语言治疗师能帮助患者选择以下类型的食物或饮品：

- 较易吞咽
- 而且美味可口

语言治疗师可协助患者在以下情况中取得平衡：



## 重度吞咽困难可以选择哪些食物/饮品？

如果吞咽问题很严重以及/或改善的可能性不高，语言治疗师和医生可能提供几种不同的选择。包括：

- 不进食或不喝东西：‘禁止经口腔进食’。确保口腔清洁很重要。对于临终的患者或者有严重吞咽困难的患者来说，这也许是个合适的选择。不过患者仍然有误吸的风险，仍有可能引发肺炎。
- 较软的食物/较浓稠的饮品可能会比硬的食物和一般的饮品容易吞咽。这可以减少误吸。患者能选择的食物或饮品可能会更少。
- **‘适意饮食’ 或者侧重 ‘生活质量’ 的饮食方式**
  - 随心所欲地吃喝。这也许适合希望正常饮食的人（即使可能因此而咳嗽或呛噎）。
  - 较软的食物/较浓稠的饮品与一般的食物和饮品搭配着食用。这也许适合那些有时想吃正常食物的人（即使可能因此而咳嗽或呛噎）。

### 在什么情况下会选择‘适意饮食’？

这种方式可能适用于以下情况：

- 罹患绝症
- 无法解决的严重吞咽问题
- 即使选择较软的食物/较浓稠的饮品，吞咽安全也没有改善
- 当管饲不符合患者的最佳利益，或者患者不想要管饲
- 患者希望享受进食而不愿意接受管饲或不愿意继续‘禁止经口腔进食’

### 如何做出最好的决定？

吞咽困难患者在做进食相关的决定时需要考虑许多因素。每名患者都是不同的。应考虑的因素包括：

- 病情以及患者的生活质量会如何受到影响
- 文化、个人和宗教信仰
- 个人意愿
- 护理的目标

当亲人无法安全地饮食时，家人在处理饮食方面的决定时可能会感到非常困难而且百感交集。他们可能会觉得内疚，需要面对来自他人的压力，或者觉得自己的意愿与家人的意愿有冲突。医生和专职医疗团队成员能在这项决定上向您提供指引。

### 如何降低风险？

- 保持良好口腔卫生（例如经常刷牙，使用口干喷剂）
- 确保患者吃喝时意识清楚、尽可能坐直。
- 鼓励患者自行进食（在可能的情况下）
- 按患者的节奏经口腔进食（例如每次喂的量少一点，然后休息一下）
- 经常走路，保持活跃（在可能的情况下）
- 使用语言治疗师提供的吞咽策略

### 谁能提供协助？

- 语言治疗师能够提供：
  - 关于最安全或最舒适食物或饮品选项的建议
  - 提供策略，降低误吸的风险及改善吞咽
- 营养师能协助尽量提高营养/补充水分，并在住院期间提供首选的食物/饮品
- 医生可以就治疗方案提供建议，并协助患者与适当的服务联系起来（例如：善终服务）
- 护理人员
- 善终护理团队



Northern Sydney  
Local Health District



**更多信息:**

<http://www.hamiltonhealthsciences.ca/documents/Patient%20Education/FoodAndFluidEndOfLife-th.pdf>

<https://palliativecarenewsw.org.au/new/>

**如果您有任何担忧或问题, 请与语言治疗科 (Speech Pathology Department)**

**联系:**

**皇家北岸医院 (RNSH) – 02 9463 1622**

**莱德医院 (Ryde) – 02 9858 7812**

**语言治疗师姓名:**

.....