

皇家北岸醫院 (Royal North Shore Hospital) 及萊德醫院 (Ryde Hospital)  
語言病理學部 (Speech Pathology)

## 面對慢性吞嚥困難時如何抉擇

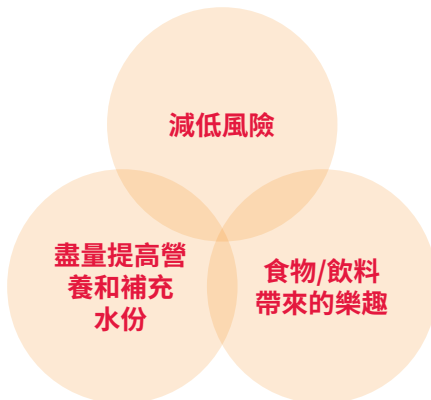
**吞嚥困難 (Dysphagia)** 是用於描述吞嚥問題的術語。吞嚥困難可能與食物和/或飲料有關。有些人可能吞嚥唾液也有困難。

吞嚥困難會增加食物、液體或唾液“走錯路”並進入肺部的風險。這稱為**誤吸**，可導致肺炎。誤吸有時會使人感到不舒服。有時誤吸會在患者不知不覺間發生 - 這稱為**“隱性誤吸”**。

語言病理學家可以幫助選擇以下這些食物和飲料：

- 更容易吞嚥
- 而且不失美味

語言病理學家可幫助在以下情況下找到平衡點：



### 重度吞嚥困難有些甚麼食物/飲料可以選擇？

如果吞嚥問題很嚴重和/或不太可能改善，語言病理學家和醫生可以建議不同的選擇。包括：

- 不吃不喝：“禁止經口腔進食”。確保口腔清潔很重要。對於接近生命末期或有嚴重吞嚥困難的患者來說，這可能是一個不錯的選擇，不過患者仍有可能因誤吸而導致肺炎的風險。
- 較軟的食物/較稠的液體可能比硬的食物和普通飲料更容易處理。這可以減少誤吸。可以選擇的食物和飲料可能會更少。
- “適意吃喝”或“生活質量”方式
  - 隨心所欲地吃喝。這可能適合喜歡正常飲食的人（即使這會導致咳嗽/噎到）。
  - 混合食用較軟的食物/較稠的液體以及正常的食物/飲料。這可能適合那些樂於在需要時吃喝正常食物的患者（即使這會導致咳嗽/噎到）。

### 甚麼時候會選擇“適意吃喝”？

這種方式可能適用於以下情況：

- 患上無法治癒的疾病
- 無法解決的嚴重吞嚥問題
- 即使食用較軟的食物/較稠的液體，吞嚥安全也沒有改善
- 當管飼並不符合患者的最佳利益，或者患者不想要管飼
- 吃和喝所帶來的樂趣可能比管飼或保持“禁止經口腔進食”更覺可取

### 如何作出最好的決定？

因吞嚥困難而需作出關於飲食的決定時，需要考慮很多事情。每個人都是不同的。一些需要考慮的事情包括：

- 病情以及您的生活質量會如何受到影響
- 文化、個人和宗教信仰
- 個人意願
- 護理目標

當親人不再能夠安全飲食，家人在處理飲食方面的決定時可能會感到非常困難而且百感交集。他們可能會感到內疚、需要面對來自他人的壓力，或者個人期望與親人意願之間產生矛盾。醫生和專職醫療團隊可以幫助引領作出決定。

### 如何降低風險？

- 良好的口腔衛生（例如刷牙、使用口乾噴霧劑）
- 確保患者在進食/飲水時保持清醒並盡可能坐直或站直
- 鼓勵患者自行進食（在可能的情況下）
- 經口腔進食按患者節奏安排（例如每次給予小量食物，然後休息）
- 步行和保持活躍（在可能的情況下）
- 使用語言病理學吞嚥策略

### 誰能幫忙？

- 語言病理學家可以提供：
  - 關於最安全、最舒適食物或液體選項的建議
  - 降低誤吸風險和改善吞嚥的支持策略
- 營養師可以幫助盡量提高營養/補充水份，並在住院期間提供首選的食物/飲料
- 醫生可以就治療方案提供建議，並將患者與適當的服務聯繫起來（例如舒緩護理）
- 護理人員
- 舒緩護理組



Northern Sydney  
Local Health District



**查詢詳情：**

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

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

**如果您有任何疑慮或問題, 請聯絡  
語言病理學部 (Speech Pathology  
Department) :**

**皇家北岸醫院 (RNSH) - 02 9463 1622**

**萊德醫院 (Ryde) - 02 9858 7812**

**語言病理學家姓名：**

.....