面對吞嚥問題

吞嚥問題大家或許都不陌生，結果是一樣，但細分下去，就要了解問題出在哪，到底是吞嚥疼痛(因過程疼痛而不想吃)、吞嚥困難還是不想吃東西，就要去了解。美國流行病學研究，吞嚥障礙在慢性護理安養機構中可高達 60%，吞嚥問題嚴重下會影響到生命安全，因此遇到以下疑似的吞嚥困難警訊需要注意

1) 舌頭、雙唇及臉頰肌肉無力或動作不協調影響進食。
2）流口水或食物常掉出口外。
3）需費力嘗試數遍才能將食物下嚥。
4）食物吞不完全易殘留在口腔兩側縫隙。
5）常含著食物卻沒有反應。
6）感覺食物卡在喉嚨裡。
7）喝水或液體時容易嗆到。
8）吞嚥食物後，說話聲音有雜音。
9）食物逆流至鼻腔中。
10）用餐時間過久。
11）用餐後會出現食道逆流。
12）進食後常出現呼吸急促、發燒、疲倦、噁心嘔吐、意識不清等徵兆。
13）餐 間 或 餐 後 咳 嗽
14）無 法 由 吸 管 吸 取 食 物
15）經常肺炎。
16）體重減輕。

但出現以上徵狀，需要注意並尋求醫療上的協助