



ГКБ ИМ. И. В. ДАВЫДОВСКОГО

— 1866 —

ДИСФАГИЯ



ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ РОДСТВЕННИКОВ

Рудомётова Юлия Юрьевна
логопед ГБУЗ «ГКБ им. И.В. Давыдовского ДЗМ»

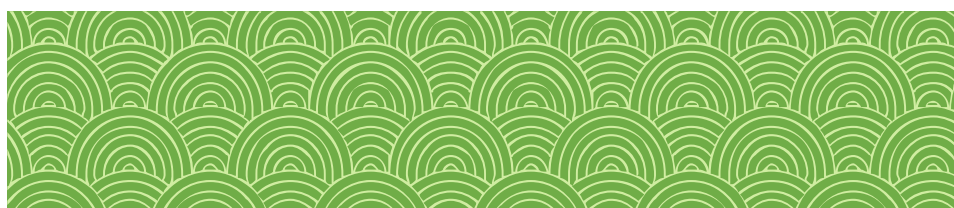
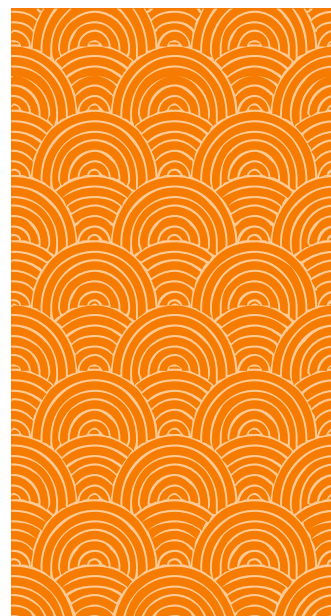
ЧТО ТАКОЕ ДИСФАГИЯ?

Дисфагия – нарушение глотания, общий термин, характеризующий различные затруднения в продвижении пищи из ротовой полости в желудок.

Трудности глотания возникают из-за того, что мышцы, участвующие в жевании и глотании по какой-то причине ослабевают или работают не скоординировано. В результате чего пища и жидкость могут попасть в легкие и вызвать аспирационную пневмонию.

Причины дисфагии:

- + инсульт
- + болезнь Паркинсона
- + церебральный паралич
- + боковой амиотрофический склероз (БАС)
- + деменции различного генеза
- + травмы головного мозга
- + синдром Гийена - Барре
- + рассеянный склероз
- + болезнь Гентингтона
- + болезнь Вильсона - Коновалова
- + кривошея и дистония
- + полиомиелит
- + миастении
- + опухоли головы и шеи
- + хирургические операции в области шеи
- + увеличение щитовидной железы
- + неврозы
- + страхи
- + возраст 75



Некоторые люди с дисфагией могут глотать только определенные текстуры пищи (например, пюре) или пить напитки какой-то одной густоты (типа киселя), другие вообще ничего не могут проглотить, и их кормят через желудочный зонд.

Дисфагия бывает разной степени тяжести

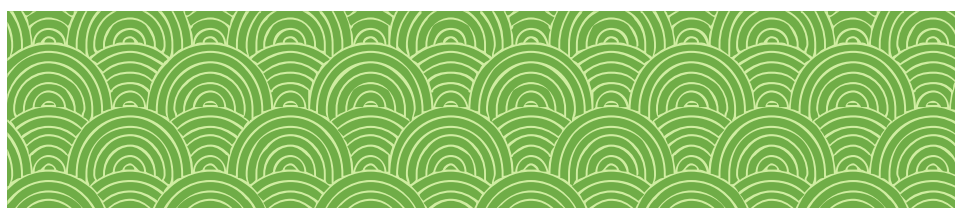
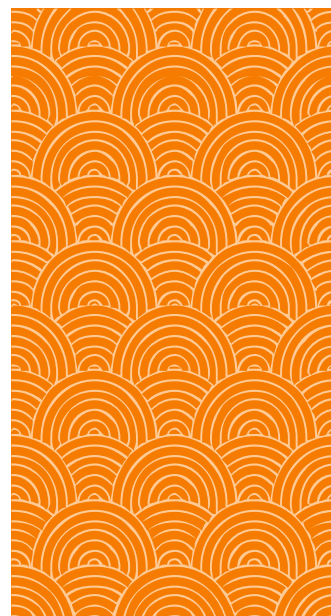
При легких нарушениях отмечаются затруднения с проглатыванием только твердой пищи, а жидкости легко проглатываются

При средних нарушениях получается проглатывать только жидкости

При тяжелой дисфагии уже трудно проглатываются жидкость и/или слюна

При полной дисфагии (афагии) невозможно глотать вообще ни слюну, ни жидкость, ни пищу

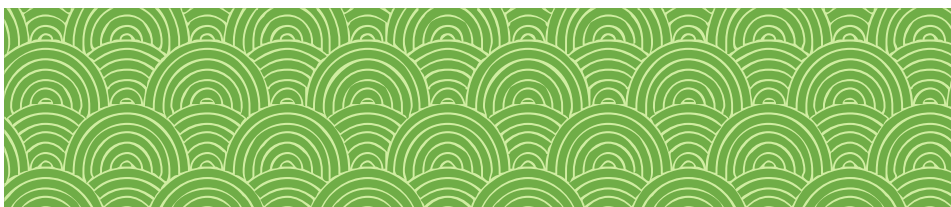
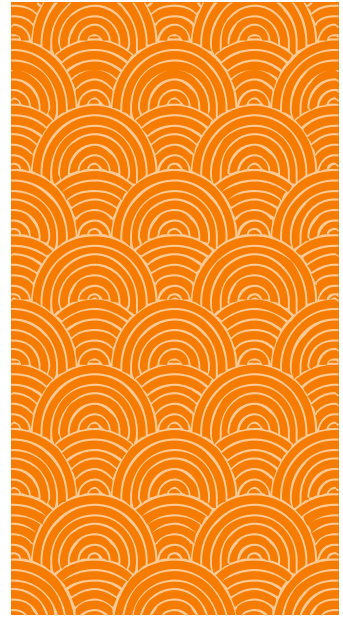
Дисфагия может **сочетаться** с нарушениями речи (афазией и дизартрией), голоса (дисфонией), снижением чувствительности, эмоциональными трудностями, сложностями удержания внимания, снижениями памяти и мышления, а также различными нарушениями движений





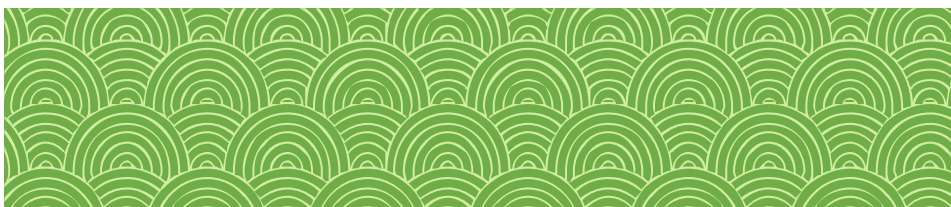
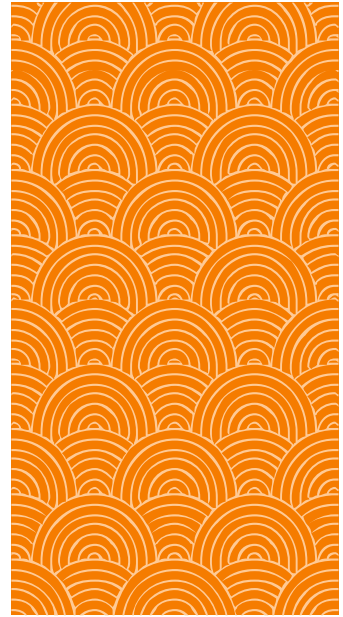
КАК ПРОЯВЛЯЕТСЯ ДИСФАГИЯ?

- увеличением времени приема пищи
- слабостью мышц губ
- выпадением пищи изо рта
- ограничением подвижности языка
- поперхиванием при глотании
- кашлем во время или после еды/питья
- удушьем во время или после еды/питья
- попаданием пищи в нос
- болями в горле или за грудиной время глотания
- ощущением, что пища застряла где-то в горле
- нарушением чувствительности во рту и горле
- изменением количества и качества слюны (много или очень мало)
- сохранением остатков пищи во рту после глотка
- охриплостью голоса сразу после еды
- потерей веса
- частыми бронхолегочными инфекциями
- страхом подавиться
- повышенной усталостью



ЛЕЧЕНИЕ ДИСФАГИИ

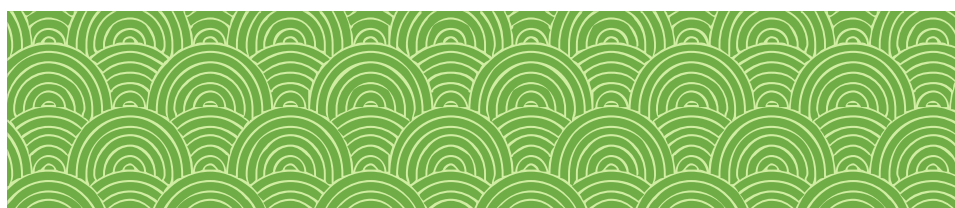
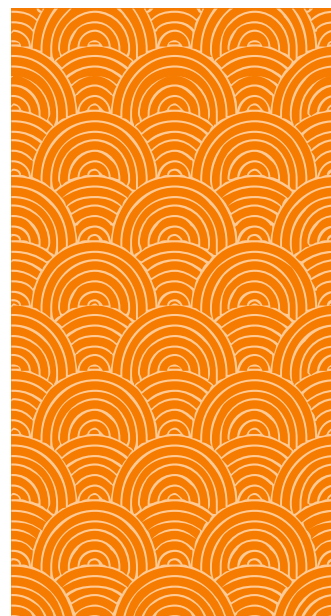
- 📖 Невролог поможет подобрать необходимую медикаментозную терапию.
- 📖 Логопед порекомендует упражнения для укрепления мышц, участвующих в жевании, откусывании и глотании пищи. Поможет подобрать безопасную консистенцию еды и напитков. Посоветует приемы кормления, специальную посуду и столовые приборы.
- 📖 Физический терапевт определит программу двигательной реабилитации.
- 📖 Психотерапевт поможет справиться со страхами и выстроить правильные семейные отношения.
- 📖 Психолог порекомендует упражнения для улучшения внимания, памяти и мышления.
- 📖 Диетолог составит индивидуальный сбалансированный рацион питания.



☑ СОВЕТЫ ДЛЯ УХАЖИВАЮЩИХ

10 правил, что нужно делать для успешного глотания

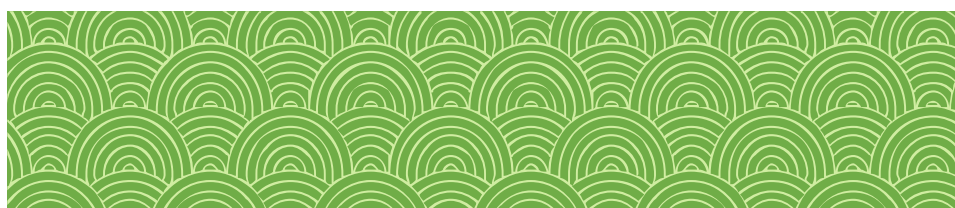
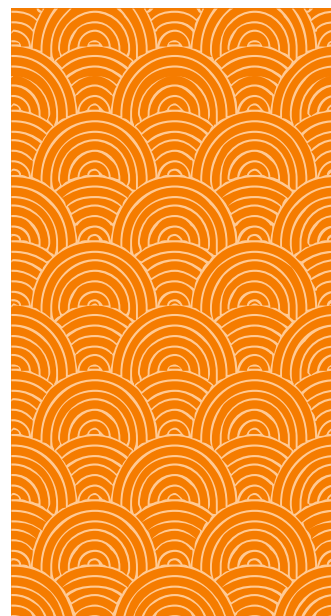
1. За 10-15 минут до приема пищи разбудить и сообщить, что скоро будет трапеза.
2. Подготовить необходимые предметы для кормления (нагрудник, салфетки, маленькую ложку и т.п.).
3. Минимизировать отвлекающие факторы (поставить телефон на беззвучный режим, выключить телевизор, уменьшить звук радио).
4. Кормить сидя или же максимально подняв изголовье кровати на 75-90 градусов.
5. Соблюдать правило «когда я ем, я глух и нем», не разрешать разговаривать во время еды.
6. Кормить только рекомендованной консистенцией.
7. Предлагать пищу маленькими кусочками, небольшими объемами.
8. Не торопить и быстро не кормить, давать время тщательно пережевывать и хорошо проглатывать.
9. После еды сразу не пересаживать и не укладывать, а подождать 30-40 минут.
10. Чистить рот, промывать зубные протезы после каждого приема пищи.



☑ СОВЕТЫ ДЛЯ УХАЖИВАЮЩИХ

10 правил, что нельзя делать

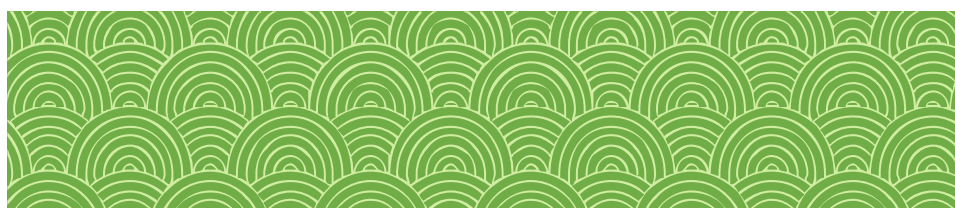
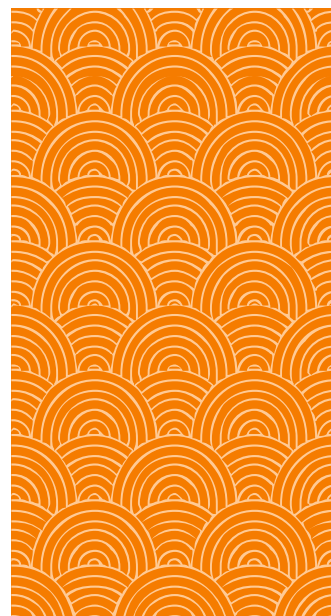
1. Начинать кормить, не разбудив человека.
2. Включать телевизор, звонить по телефону.
3. Кормить лежа, не присаживать к столу.
4. Вести беседу, задавать вопросы, отвлекать от еды.
5. Предлагать крошащиеся или жесткие продукты (семечки, орехи, кожуру овощей и фруктов, хрящи, жареное мясо, чипсы и т.п.).
6. Быстро кормить, торопить.
7. Использовать столовую ложку, кормить большими объемами.
8. Ругать за неопрятность, неуклюжесть.
9. После еды не проверить, осталось ли что во рту.
10. Сразу укладывать в кровать.



☑ СОВЕТЫ ДЛЯ УХАЖИВАЮЩИХ

Приготовление пищи

- ☞ На первое варите различные супы-пюре.
- ☞ Готовьте вторые блюда на пару, тушите или запекайте.
- ☞ Удаляйте кожуру с овощей, таких как баклажаны, перец, помидоры и фруктов (яблоки, груши, сливы, персики и т.д.), даже если вы их будете измельчать.
- ☞ Используйте кухонные измельчители (блендеры, миксеры, мясорубки) для получения необходимой консистенции.
- ☞ Если вы варите холодец или заливное, то помните, что желе – это тоже жидкость.
- ☞ Активно используйте специи и приправы, так как яркие вкусы (кислый, острый, соленый) способствуют стимуляции глотания, улучшают координацию мышц, помогают снизить аспирацию.
- ☞ Не добавляйте в еду семечки, мак, орехи, сухарики и т.п.
- ☞ Помните, что охлаждение напитков и пищи увеличивают скорость движения мышц гортани, что поможет улучшить глотание.
- ☞ Жидкости процедите через сито, чтобы избежать попадания кожуры, шелухи, семечек.
- ☞ Не используйте крахмал, так как он противопоказан людям с диабетом.
- ☞ Для загущения жидкостей пользуйтесь специальными продуктами, например, Nutricia Нутилис Клиар и Нутилис Паудер.



Где можно получить помощь?

Необходима консультация специалиста по глотанию. Узнайте, кто в Вашем городе занимается дисфагией.

Реабилитационные центры и клиники, где можно получить профессиональную логопедическую помощь в Москве

1. ФГБУ «Центр мозга и нейротехнологий» ФМБА России. Москва, улица Островитянова 1, стр10
2. ФГБНУ «Научный центр неврологии». Москва, Волоколамское шоссе, дом 80
3. ГБУЗ «Центр патологии речи и нейрореабилитации ДЗМ», Москва, улица Николаямская дом 20
4. ГБУЗ «ГКБ им. И.В. Давыдовского ДЗМ» отделение восстановительного лечения. Москва, улица Яузская, дом 11, корпус 4

