

如何進行吞嚥訓練及餵食

能正常飲食，是人生最大的快樂，如果他能保有由口享受美味大餐的能力，該是多美好的一件事，他可能因病暫時以鼻胃管補充營養，但是這管子是可以隨病情改善而拔除，或只補充由口所沒辦法吃的食物，不過，在讓他成功的由口吃東西前，仍需請家人訓練他吞嚥東西的能力。

何時開始訓練他吞嚥東西：

如果他開始對語言刺激有反應，並以棉棒沾水讓他吞嚥，無咳嗽發生，即可以開始訓練他。

您需要準備的用品：

- 1.毛巾（圍在胸前）。
- 2.吞嚥訓練宜採用果凍、愛玉、布丁、豆花、蒸蛋等軟質食物，若此類食物能吞嚥成功後，才可採用液體食物。
- 3.裝食物容器及小湯匙。

步驟：

- 1.維持進餐環境安靜，將注意力集中在進食上。
- 2.協助坐起至 60~90 度，以枕頭放在頭後，毛巾置於他的臉頰下，維持舒適的進食姿勢。

（圖一）



- 3.讓他親眼看見食物，以增加他的食慾，促進消化液的分泌。
- 4.重覆以口令動作，以一小口食物餵食，並請他吞嚥二次進行。
口令：打開您的嘴巴嚐一嚐，用您的舌頭將食物舉至上顎，縮下巴吞下去，其間家人可用手協助病人（吞嚥無問題病人可省此步驟）。
- 5.餵食時要緩慢，每次送入病人口中的食物份量應適中，如腦中風的病人應將食物放入健側口中以利咀嚼。
- 6.食物應準確放入其口內，確定病人已咀嚼吞入後，才可再餵食。
- 7.餵食後請清潔口腔並保持濕潤。
- 8.記錄吞嚥情形，進食的量與種類及發生之特別情形，以作參考。

注意事項：

- 1.當病人發生咳嗽時，請停止餵食，讓病人至少休息半小時後再試，若屢次發生，則可能病人需延後一段日期再試。
- 2.餵食後需採坐姿休息半小時再臥床，以防食物逆流。
- 3.訓練期間，仍應有鼻胃管留置或其他方式，以補充不足的水分及營養。
- 4.如吞嚥餵食情形良好，再與醫師商量可否拔除鼻胃管，不可貿然自行拔除，以免造成吸入性肺炎。

永和耕莘醫院 關心您！

此衛教單張僅供參考，如有任何疑問請掛門診，詢問主治醫師，或洽諮詢
電話：(02)6621-8000，我們將竭誠為您服務。

※如有需其他衛教資源，請上本院網站：www.cthyh.org.tw 衛教園地

修訂日期：99.02
審閱日期：101.05
修訂日期：102.10