

吞嚥訓練

※步驟：

1. 餐環境的安靜，將注意力集中在進食上。
2. 協助坐起 60-90 度，以枕頭放頭後，毛巾放於臉頰下，維持舒適的進食姿勢。
3. 讓其親眼看到食物，增加食慾，促進消化液的分泌。
4. 重覆以口令動作以一小口食物餵食，請他吞嚥兩次進行。
 - 口令：打開嘴巴，嚐一嚐，用你的舌頭將食物舉至上顎，縮下巴吞下去，其間可用手協助他。(吞嚥無問題者可省去此步驟)
5. 餵食時要緩慢且適量，如腦中風的個案應將食物放健側口中。
6. 應準確的放入口中，確認已咀嚼吞下後再餵。
7. 進食後請清潔口腔保持潮濕。
8. 記錄吞嚥情形、進食量與種類及特別情形發生。

※注意事項：

1. 當個案發生咳嗽時，請停止餵食，至少休息半小時再試，若屢次發生則可能需要延後一段日期再試。
2. 餵食後需要採坐姿半小時後再臥床，以免食物逆流。
3. 訓練期間仍應有鼻胃管或其他方式以補充不足的水份及營養。
4. 軟質食物進行一段時間才可以進行液體餵食。
5. 若發生哽咽、噎到情形，應立即助其將食物排出：以手挖出、拍背、或用抽痰管抽出。