

# 吞嚥障礙患者的治療

## 吞嚥障礙的治療

吞嚥障礙治療方法可分為直接及間接處理吞嚥問題。直接治療是指將食物放入口中，在吞嚥時加強適當的行為與動作控制，其中也包含是否需要改變食物的質地。例如吞嚥障礙患者在進食時，頭及身體須採取特定的姿勢和吞嚥技巧；或改變食物的軟硬度、濃稠度，以減少嗆咳或吸入的機會。間接治療是指利用運動來改善神經肌肉運動控制，達到正常吞嚥的需求。例如利用各種口腔肌肉運動來促進吞嚥肌群的活動度、協調度、肌張力，以強化口腔控制食團的能力；或利用溫度刺激提高吞嚥反射的敏感度及反射速度。另外，有些患者亦可能需要接受外科手術、或藥物治療來改善吞嚥障礙的症狀。

直接治療的處理策略：

除下述治療方式之外，吞嚥障礙患者在進食時也應遵守下列原則：

- (一) 採坐姿直立90度，為避免食物逆流或打嗝哽噎，於餐後維持直坐20-30分鐘
- (二) 進餐後應清潔口腔，並確定無殘留食物在口中
- (三) 只進食治療師建議的食物型態
- (四) 確定已吞乾淨前一口再吃下一口食物
- (五) 若有嗆咳情形，應立刻停止進餐。

吞嚥障礙類別	進食姿勢	放置的位置	食物性質
舌頭控制能力欠佳	頭下垂將食物放口中咀嚼吞嚥時頭同時向後甩高	食物放在好側或舌根	液體或粘稠食物
單側口腔或舌頭功能欠佳	頭傾向健側	-	液體或粘稠
吞嚥反射遲緩	頭部下垂	-	乾的食物
聲帶或喉部閉合不全	頭向前傾	-	乾的食物
單側咽部蠕動能力欠佳	頭轉向患側	-	液體或液體固體交替
環咽肌功能異常	-	-	液體食物