

## ΟΔΗΓΙΕΣ ΣΙΤΙΣΗΣ ΑΣΘΕΝΩΝ ΜΕ ΔΥΣΚΟΛΙΑ ΣΤΗΝ ΚΑΤΑΠΟΣΗ

Η σωστή διαδικασία σίτισης μειώνει τον **κίνδυνο πνιγμού και εισρόφησης** και βοηθά τον ασθενή να τρέφεται με ασφάλεια.

### Πριν από το γεύμα

- Βεβαιωθείτε ότι ο ασθενής είναι **ξύπνιος και σε εγρήγορση**.
- Τοποθετήστε τον ασθενή σε **καθιστή θέση (90°)**.
- Το κεφάλι πρέπει να είναι **ελαφρώς σκυμμένο προς τα εμπρός**.
- Αποφύγετε θόρυβο και περισπασμούς.
- Ελέγξτε ότι οι **οδοντοστοιχίες** είναι σωστά τοποθετημένες.

### Κατά τη διάρκεια της σίτισης

- Δώστε μικρές μπουκιές ή μικρές γουλιές.
- Περιμένετε να καταπιεί πλήρως πριν δώσετε την επόμενη.
- Ο ασθενής πρέπει να τρώει αργά.
- Αν χρειάζεται, ζητήστε διπλή κατάποση.
- Ελέγχετε αν υπάρχει τροφή που μένει στο στόμα.
- Μην επιτρέπετε να μιλάει ενώ μασάει ή καταπίνει.

### Σημάδια δυσκολίας στην κατάποση

Σταματήστε τη σίτιση εάν εμφανιστούν:

- **βήχας ή πνίξιμο**
- **αλλαγή στη φωνή (υγρή ή βραχνή)**
- **δυσκολία στην αναπνοή**
- **δάκρυα ή κοκκίνισμα**
- **έντονη κόπωση**

Σε αυτές τις περιπτώσεις διακόψτε το γεύμα και ενημερώστε τον επαγγελματία υγείας.





**Η αποκατάσταση είναι επιστήμη.  
Και στον ΘΗΣΕΑ είναι στα σωστά χέρια.**

#### Μετά το γεύμα

- Ο ασθενής πρέπει να **παραμείνει καθιστός για 20-30 λεπτά**.
- Ελέγξτε για **υπολείμματα τροφής στο στόμα**.
- Φροντίστε για **καλή στοματική υγιεινή**.

### Σημαντική υπενθύμιση

Η **υφή τροφών και υγρών** πρέπει να ακολουθεί **ακριβώς τις οδηγίες του λογοθεραπευτή ή του ιατρού.**

#### Τμήμα Λογοθεραπείας



επιστήμη υπέρ ανθρώπου