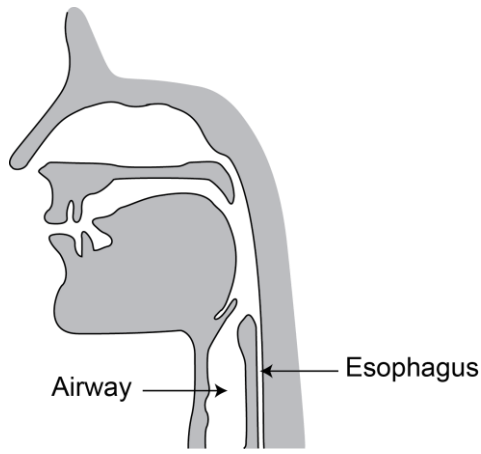


Swallowing Difficulties:

Information for Families and Friends Who Help with Meals



Developed by the
WRHA LTC Program
2018



Winnipeg Regional Health Authority
Office régional de la santé de Winnipeg
Caring for Health À l'écoute de notre santé

Introduction

This brochure will provide general information about how you can help if your friend or loved one has difficulty swallowing.

How do I know if someone is having difficulty swallowing?

Signs of swallowing difficulties may include:

- Coughing, choking or sputtering when eating or drinking
- Drooling
- A wet or gurgly voice after food or liquids are taken
- Refusing to eat or drink certain foods
- Complaining of food sticking in the throat
- Eating less than half of the meal
- Taking longer to complete a meal

What are the risks?

Swallowing difficulties can lead to serious problems such as malnutrition, dehydration, choking, and aspiration pneumonia (a type of pneumonia). Choking occurs when the airway is blocked. Aspiration occurs when particles of food/liquid enter the airway.

What do I do if I suspect a problem?

Discuss your concerns with the nurse. A referral may be made to a:

Speech-Language Pathologist to assess swallowing ability and recommend management options to improve swallowing safety

Registered Dietitian to assess nutrition and to set up a nutrition care plan that promotes best intake

Occupational Therapist to address if there are seating concerns and/or special utensils required

What can be done?

Following a swallowing assessment, recommendations may include changes to diet texture and liquid consistency. These may include:

- Soft, minced, or pureed items
- Adding sauces and gravies
- Avoiding some food items
- Adding thickener to liquids

The specific diet categories available within your facility can be obtained through the dietitian and/or food service. Individualized feeding techniques may be identified to improve safety and increase oral intake. As a resident's needs change, reassessment is required.

How can I help at mealtime?

You can make mealtimes a more pleasurable and successful experience by using these general safe-feeding tips:

- Do not initiate or continue feeding if the resident is not alert
- Be sure the resident is wearing any dentures, hearing aids and glasses
- Ensure the food provided is the proper texture and consistency (for example, thickened liquids if recommended)
- Sit at the resident's eye level
- Make sure the resident is sitting as upright as possible

- Encourage the resident to eat slowly, concentrate and avoid talking
- If you are helping, be sure the resident has swallowed before giving the next bite (watch for the "Adam's Apple" to rise and fall)
- Encourage teaspoon sized bites
- Allow the resident to make food choices when possible
- Do not mix the food on the plate unless the resident requests this
- Encourage or help the resident to clean his/her mouth and teeth after meals

What do I do if I see someone choking?

Do:

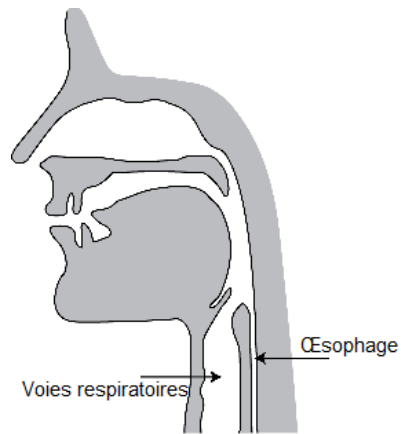
- Get Help!
- Encourage coughing and clearing the throat
- CALL FOR STAFF and pull the call bell if you are in the resident's room

Don't:

- Hit the person on the back
- Offer something to drink
- Lift their arms above their head
- Panic

If you would like more information please contact the nurse, dietitian, speech-language pathologist or occupational therapist.

La difficulté à avaler : Information à l'intention des familles et des proches qui aident pour les repas



Préparé par le Programme de soins de longue durée de l'ORSW 2018



Winnipeg Regional Health Authority Office régional de la santé de Winnipeg
Caring for Health À l'écoute de notre santé

Introduction

Cette brochure fournit de l'information générale sur la façon d'aider un proche qui a de la difficulté à avaler.

Comment peut-on savoir si quelqu'un a de la difficulté à avaler?

Les signes indiquant la difficulté à avaler peuvent comprendre :

- Toux, étouffement ou toussotements en mangeant ou en buvant.
- Écoulement de salive.
- Voix enrouée ou gargouillements après avoir mangé ou bu.
- Refus de manger certains aliments ou de boire certains liquides.
- Plaintes au sujet d'aliments qui restent collés dans la gorge.
- Ingestion de moins de la moitié du repas
- Repas qui dure plus longtemps que d'habitude

Quels sont les risques?

La difficulté à avaler peut mener à de graves problèmes comme la malnutrition, la déshydratation, l'étouffement et la pneumonie par aspiration. L'étouffement se produit lorsque les voies respiratoires sont bloquées. La pneumonie par aspiration est causée par des particules d'aliments ou des liquides introduits dans les poumons.

Que faire si on soupçonne un problème?

Discutez de vos inquiétudes avec le personnel infirmier. La personne pourrait être dirigée vers un professionnel :

Orthophoniste : évalue la capacité d'avaler de la personne et fait des recommandations pour améliorer sa sécurité lorsqu'elle doit avaler des aliments.

Diététiste : évalue la nutrition et prépare un plan nutritionnel qui favorise une ingestion optimale

Ergothérapeute : à consulter si la personne a des problèmes à s'asseoir ou a besoin d'ustensiles spéciaux.

Que peut-on faire?

Après l'évaluation de la capacité à avaler, des changements concernant la texture des aliments et la consistance des liquides peuvent être recommandés, p. ex. :

- Aliments mous, hachés ou en purée.
- Ajout de sauce et de bouillon.
- Élimination de certains aliments.
- Épaississement des liquides.

La diététiste et le Service alimentaire peuvent vous renseigner sur les diètes offertes par l'établissement. Les techniques d'alimentation peuvent être personnalisées pour améliorer la sécurité et l'absorption des aliments. Comme les besoins changent, il faudra réévaluer la situation.

Comment puis-je aider pour les repas?

Vous pouvez rendre les repas plus agréables et efficaces en suivant quelques conseils pour nourrir les personnes en toute sécurité :

- Ne pas commencer ni continuer à nourrir la personne si elle n'est pas alerte.
- S'assurer que la personne porte ses prothèses dentaires, son appareil auditif et ses lunettes.
- S'assurer que la nourriture a la texture et la consistance appropriées (p. ex. des liquides épaissis, au besoin).
- S'asseoir à la hauteur des yeux de la personne.
- S'assurer que la personne soit assise la plus droite possible.

- Encourager la personne à manger lentement, à se concentrer et à éviter de parler.
- S'assurer que la personne a avalé avant de lui donner une autre bouchée (surveiller les mouvements de la pomme d'Adam).
- Proposer des bouchées de la grosseur d'une cuillère à thé.
- Permettre à la personne de choisir sa nourriture, dans la mesure du possible.
- Ne pas mélanger la nourriture dans l'assiette, sauf si la personne le demande.
- Encourager ou aider la personne à se nettoyer la bouche et les dents après les repas.

Que faire si quelqu'un s'étouffe?

À faire :

- Demander de l'aide!
- Encourager la personne à tousser pour dégager sa gorge.
- APPELER LE PERSONNEL et activer la sonnette si vous êtes dans la chambre de la personne.

À éviter :

- Frapper la personne dans le dos.
- Offrir quelque chose à boire.
- Lui lever les bras au-dessus de la tête.
- Paniquer.

Pour plus d'information, veuillez communiquer avec le personnel infirmier, le ou la diététiste, l'orthophoniste ou l'ergothérapeute.