

E' IMPORTANTE SEGNALARE

Comparsa durante il pasto di: tosse, voce velata, fuoriuscita di cibo dal naso o febbre (anche non elevata) consultarsi con il proprio medico di medicina generale.



IL DISTURBO DELLA DEGLUTIZIONE NELLA PERSONA ANZIANA



LINK UTILI

<http://alzheimer.comune.mantova.it>

LA DISFAGIA

Per disturbo della deglutizione (disfagia) si intende una difficoltà nel passaggio di cibi, bevande o altro dalla bocca allo stomaco.

Questa difficoltà non è una malattia, ma un sintomo di altre patologie, tra le quali ictus, malattie degenerative (Morbo di Parkinson, Sclerosi Laterale Amiotrofica, Sclerosi Multipla), demenze e morbo di Alzheimer.

La disfagia, se non riconosciuta e trattata, comporta gravi complicanze, quali: infezioni respiratorie, malnutrizione e disidratazione.

COME SI MANIFESTA LA DISFAGIA

La persona con disfagia può avere uno o più dei seguenti segni/sintomi:

- aumento della durata del pasto;
- perdita di cibo dal naso;
- accumulo di residui di cibo in bocca;
- tosse e/o starnuti durante o dopo il pasto;
- perdita di saliva dalla bocca;
- voce gorgogliante;
- febbre dopo i pasti (poche linee);
- calo di peso.

LA DISFAGIA NELLE PERSONE CON DEMENZA

Nelle persone con demenza le difficoltà di deglutizione si sommano a:

- problemi di riconoscimento dei cibi;
- deficit di attenzione;
- deficit di memoria;
- disturbi del comportamento (ad es. agitazione);
- aumento o diminuzione dell'appetito.

ALIMENTI DA EVITARE

- Formaggi filanti (tipo quello sulla pizza e nella minestrina);
- Cibi a doppia consistenza: pastina o riso in brodo, fette inzuppate, minestrone a pezzi, yogurt con pezzi di frutta, agrumi, frutta matura, cioccolatini con liquido, ecc. perché richiedono la capacità di controllare due consistenze liquido e solido;
- Cibi parcellizzati: riso, legumi, fette biscottate, ecc. perché difficili da rendere omogenei, inoltre lasciano residui;
- Cibi solidi: caramelle, pane, carne, verdure filose, frutta secca, ecc. perché molto difficili da frantumare e gestire in bocca.

COSA FARE DURANTE IL PASTO

- mangiare in ambiente tranquillo e silenzioso;
- evitare di parlare/far parlare la persona mentre mangia;
- l'alimentazione deve procedere lentamente;
- mangiare in posizione seduta e comoda con tronco e capo dritti;
- aspettare che il boccone precedente sia stato deglutito prima di prendere/somministrare il successivo;
- dopo 2/3 bocconi (chiedere di) tossire e deglutire, oppure mettere in bocca un cucchiaino vuoto per stimolare la deglutizione ed eventuali ristagni di cibo vengano detersi;
- non dare da bere per "pulirsi la bocca" o quando il cibo va di traverso;
- dare da bere a inizio o fine pasto, durante è meglio evitare;
- sospendere l'alimentazione ai primi segni di stanchezza o di riduzione della collaborazione;
- a fine pasto pulire accuratamente il cavo orale e non far coricare subito la persona (attendere almeno 30 minuti).