

# Дисфагия

(проблемы с глотанием)

**Dysphagia** (problems with swallowing)

Прием пищи и питье могут быть затрудненными по причине инсульта, в связи с возрастом, с проблемами с дыханием, деменцией или травмой головы или шеи. Пища и питье могут попасть не в то горло (процесс, известный как аспирация) и вызвать удушье, инфекцию грудной клетки, пневмонию и даже смерть. Данный ресурс дает рекомендации о безопасном приеме пищи и напитков.

## Признаки затрудненного глотания:

- Еда и напитки выливаются через рот или нос во время еды или питья.
- Пища остается во рту после глотания.
- Кашель во время еды или питья.
- Проблемы с дыханием во время или после приема пищи.
- Влажно звучащий голос после глотания.
- Лихорадки, инфекции грудной клетки или пневмония.

## Способы, помогающие сделать прием пищи или напитков более безопасным:


- Принимайте только ту пищу или жидкость, которые безопасны для Вас.
- Ешьте и пейте, только когда Вы проснулись.
- Сидите прямо при приеме пищи или жидкости. Лучше всего сидеть на стуле.
- Оставайтесь сидеть прямо в течение 20 минут после приема пищи и жидкости.
- Проверьте, что зубные протезы хорошо Вам подходят.
- Принимайте пищу и пейте только маленькими порциями. Ешьте и пейте медленно.
- Убедитесь, что держите свои зубы и ротовую полость в чистоте.

Ваш логопед рекомендовал Вам употреблять пищу и напитки следующих типов.

### Самая безопасная пища для Вас:

<input type="checkbox"/> Нормальная пища	<input type="checkbox"/> Мягкая пища	<input type="checkbox"/> Порубленная пища	<input type="checkbox"/> Протертая пища
---	---	--	--

### Самые безопасные напитки для Вас:

<input type="checkbox"/> <b>НОРМАЛЬНЫЕ НАПИТКИ</b>	<input type="checkbox"/> Уровень 150 <b>СЛЕГКА ГУСТЫЕ</b> (густота сока-нектара)	<input type="checkbox"/> Уровень 400 <b>УМЕРЕННО ГУСТЫЕ</b> (густота меда)	<input type="checkbox"/> Уровень 900 <b>ОЧЕНЬ ГУСТЫЕ</b> (густота пуддинга)
	Напитки легко стекают с ложки, но на ней остается небольшой слой. 	Напитки медленно капают в небольшом количестве с кончика ложки. 	Напитки находятся на ложке и не стекают с нее. 
	<input type="checkbox"/> <b>НЕ ПЕЙТЕ нормальные напитки, например:</b> <input checked="" type="checkbox"/> Воду, чай, кофе, молоко, сок, наливки, безалкогольные напитки, алкоголь. <input checked="" type="checkbox"/> Желе, мороженое, кубики льда – они могут растаять во рту и стать нормальным напитком, который может попасть не в то горло. <input checked="" type="checkbox"/> Некоторые супы, йогурты и заварные кремы – они могут стать слишком жидкими.		

Для дальнейшей информации о глотании обратитесь к своему логопеду. Поговорите со своим логопедом до смены диеты.

### Услуги переводчика

Услуги профессиональных переводчиков могут быть предоставлены, если Вам нужна помощь с английским языком. С Вами может находиться член семьи или друг, но все общение о лечении должно осуществляться через профессионального переводчика. Услуги переводчика бесплатны и конфиденциальны. Пожалуйста, сообщите, что Вам нужен переводчик. Сотрудники организуют эту услугу для Вас.

Если Вам требуется переводчик, чтобы связаться с нами, пожалуйста, позвоните по телефону Переводческой службы: 131 450.