

Définition: passage de liquides ou aliments dans les voies aériennes supérieures

SIGNES D'ALERTE

Toux ou gêne respiratoire lors de la déglutition, régurgitation par le nez
Toux nocturne
Voix mouillée ou rauque après plusieurs bouchées ou à distance du repas
Bavage, crachats et salive excessive (car non déglutie),
Bruit anormal pendant ou après le repas, raclements de gorge fréquents
Angoisse au moment du repas (peur d'étouffer)

CONDUITE A TENIR EN CAS DE FAUSSE ROUTE

- 1) Faire cracher
- 2) Demander de fermer la bouche et de bloquer un instant la respiration
- 3) Inciter à inspirer lentement par le nez
- 4) Faire tousser le plus fortement possible
- 5) Vider la bouche

Répéter si nécessaire les points 3 et 4

Si la respiration est bloquée, appeler le n° des urgences

MATERIEL : USTENSILES ADAPTES

Petite cuillère, cuillère à dessert
Verre avec encoche nasale ou à grande ouverture, paille si aspiration maîtrisée
Tasse à large ouverture avec anse (type mug)

Interdire l'usage de verres canard

RECOMMANDATIONS POUR LES REPAS

Etat de la bouche :

Bouche hydratée et propre
Prothèses dentaires en place et adaptées

Position du patient :

Assise, buste droit et menton fléchi sur la poitrine (un coussin placé dans le dos et une tablette pour s'accouder peuvent aider)

Interdire la tête en arrière

Mode d'alimentation :

Petites bouchées
Positionnement des aliments au milieu de la langue
Vérifier la déglutition de chaque bouchée (+/- demander d'avaler à vide) et l'absence de résidus alimentaires dans la bouche en fin de repas
Si possible, ne pas recoucher le patient avant 30 minutes
Si fatigabilité (toux après 5 à 10 bouchées / fin repas): diminuer les quantités et fractionner les repas

Environnement :

Cadre plaisant
Respecter le temps nécessaire au repas (pause d'au moins cinq secondes entre chaque bouchée)
Calme et absence de distraction (télé et radio éteinte, ne pas parler en même temps)

Adaptation des textures et des aliments :

Privilégier les aliments et boissons stimulant la sensibilité endo-buccale : sel, poivre, acide, boissons pétillantes ou aromatisées, températures fraîches (froid, chaud)

Interdire l'eau à température ambiante

Eviter certains aliments très fibreux (salade) ou en graines (coucous, riz) ou à texture enveloppante/collante (purée compacte)



DEFINITION DES TEXTURES

Liquide :

Boisson standard comme de l'eau (non pétillante), vin, thé ou café

Liquide peu épaissi : jus de fruits avec pulpe, eau mélangée avec un peu de compote de fruits (1 cuillerée à soupe de compote dans un verre standard)

Liquide épaissi : potage, yaourt, nectars, eau mêlée de compote (3 cuillerées à soupe de compote pour un verre),
Eau gélifiée standard

Texture molle : fruits cuits, poisson, purée de légumes

Haché : seuls les aliments durs à mâcher (viande) sont coupés à la main ou brièvement mixés

Mouliné : tous les aliments sont passés au mixeur pour lisser les morceaux durs, tout en gardant un peu la texture des aliments

Mixé : tous les aliments sont passés au mixeur pour lisser très finement les morceaux (sans mélanger les légumes avec les féculents et la viande, important de différencier les goûts pour conserver du plaisir)

Techniques d'épaississement des liquides :

Gélatine : 25 g de gélatine en feuille pour 1 litre d'eau. Aromatiser (sirop, jus de fruits, café, etc...) répartir en portions individuelles et conserver au réfrigérateur (48 h maximum)

Agar-Agar : 4 g d'Agar-Agar pour 1 l d'eau, aromatiser et répartir en portions individuelles et conserver au réfrigérateur

Epaississant du commerce : dosage en fonction du mode d'emploi et de la viscosité souhaitée

Procédés artisanaux : fécule, tapioca, flocons de pommes de terre, semoule fine, farines instantanées pour bébé, pulpe de fruits...

