

如何進行吞嚥訓練及餵食

一、吞嚥訓練的時機

病人可能因病暫時以鼻胃管補充營養，但鼻胃管可能隨著病情的逐漸改善而拔除，若要成功安全的由口開始吃東西，需要先訓練吞嚥能力。當病人對語言刺激有反應時，可用棉籤沾開水試吞，無產生噎咳反應時，就表示可以開始進行訓練。

二、用物準備

1. 準備 1-2 條可圍在胸前的毛巾。
2. 初期選用洋菜凍、果凍、愛玉、布丁、蒸蛋和豆花，若無噎咳現象，則可改用一般軟食或較稠的稀飯，最好依據醫護團隊人員建議之食物型態而準備食材。
3. 選擇盛裝食物的容器及小湯匙。

三、步驟

1. 營造寧靜舒適的環境，讓病人集中注意力在進食過程。
2. 協助採取 60-90 度的坐姿，將枕頭置於頸後，毛巾置於胸前及臉頰間。
3. 將食物置於病人的視線範圍，促進唾液及消化液的分泌，以增加食慾。
4. 搭配重複口令的方式，以達到小口餵食的目的。口令：張開嘴巴、嚐一嚐，用舌頭將食物舉到上顎、縮下巴(可用手協助)、然後吞下去。
5. 將食物放在病人健側及舌頭後方，餵食速度宜緩慢，每次入口的食物份量為 1/2 置 1 茶匙。
6. 確定食物吞入後，才可再餵下一口。
7. 結束進食，務必做口腔清潔。

四、注意事項

1. 當有咳嗽情形時，請暫停餵食，休息半小時後再嘗試，若屢次發生，請勿勉強訓練。
2. 為了防止食物逆流，每次進食後，至少維持坐姿半小時，勿立即平躺。
3. 訓練未完成前，暫不移除鼻胃管，可用來補充不足的水份、熱量及營養。
4. 訓練初期請先選用軟質食物，確認吞嚥能力沒問題後，可以進階為液體食物，開始時請用開水，勿使用牛奶或湯，避免

造成吸入性肺炎。

5. 為避免說話時吸入食物殘渣及保持口腔衛生，進餐後應清潔口腔，並確定無殘留食物在口中，於餐後維持坐姿 20~30 分鐘，避免食物逆流或打嗝、哽噎。

參考資料:

盧采臻、張麟鳳、洪蘆妍、彭淑苹。(2015)。護理人員協助執行腦中風病人吞嚥訓練之指引及現況。榮總護理，32(2)，202-207。DOI： 10.6142/VGHN.32.2.202

陳妙言、林麗嬋。(2010)。吞嚥障礙之概念分析。護理雜誌， 57(1)，100-105。DOI： 10.6224/JN.57.1.100

賴怡君、王桂芸、陳金彌。(2011)。吞嚥困難之概念分析。源遠護理，5(2)，56-62。DOI： 10.6530/YYN.2011.5(2).08

諮詢電話02-26723456轉6361

行天宮醫療志業醫療財團法人恩主公醫院

護理部內部文件，未經書面同意禁止翻印