

DECALOGO DISTURBO DELLA ECCESSIVA SALIVAZIONE

1	La saliva che si accumula nella bocca, determina la fuoriuscita di bava che bagna gli indumenti e rappresenta uno spiacevole problema per il paziente e per chi si prende cura di lui (imbarazzo sociale). Non nascondere il problema e non aver paura di parlarne con il curante
2	Sforzarsi e concentrarsi nell' eseguire correttamente gli atti di deglutizione
3	Assumere una quantità giornaliera adeguata di liquidi
4	Spesso questo disturbo è associato alla difficoltà di deglutizione. Si consiglia di ridurre il cibo a piccoli bocconi e masticare bene. Chiudere la bocca e respirare con il naso prima di ingoiare il cibo. Adattare la consistenza degli alimenti (semisolidi, cremosi, frullati,...) ed evitare minestrine in brodo, filamenti, frutta secca. Usare degli "addensanti" per i liquidi (per rendere più gradevole il gel aggiungere un po' di aranciata o menta)
5	Evitare cibi troppo piccanti, troppo aciduli, troppo dolci
6	Se compare tosse, accertarsi che non ci sia passaggio della saliva nelle vie aeree (pericolo di aspirazione e broncopolmoniti)
7	Attenzione! Durante la notte, con la posizione supina, è più difficile eliminare la saliva accumulata. Questo potrebbe disturbare il sonno e aumentare il rischio di inalare nelle vie aeree la saliva. Tenere la testiera del letto sollevata o usare due cuscini e dormire prevalentemente sul fianco, con l'accortezza di tenere un piccolo asciugamano sotto il lato della bocca (evitare che il cuscino o il pigiama si bagni)
8	Se compaiono lesioni della cute intorno alla bocca, curare l'igiene della cute e utilizzare creme protettive.
9	Adeguate igiene del cavo orale, attenzione alle protesi dentarie!
10	Se la salivazione fosse troppo abbondante e molto fastidiosa, valutare con il curante le possibili terapie (farmaci per uso orale, tossina botulinica)