

DECALOGO DISTURBO DELLA DEGLUTIZIONE

1	Posizione eretta del busto durante il pasto e capo leggermente flesso in avanti
2	Ambiente tranquillo, non avere fretta, non distrarsi (non ridere, non parlare mentre si deglutisce,) Assumere il cibo durante le fasi ON Prendersi tutto il tempo necessario per consumare il pasto
3	Ridurre il cibo a piccoli bocconi e masticare bene. Chiudere la bocca e respirare con il naso prima di ingoiare il cibo.
4	Adattare la consistenza degli alimenti (semisolidi, cremosi, frullati,...) ed evitare minestrine in brodo, filamenti, frutta secca
5	Evitare cibi troppo piccanti, troppo aciduli, troppo dolci
6	Usare degli "addensanti" per i liquidi (per rendere più gradevole il gel aggiungere un po' di aranciata o menta)
7	Se compare tosse, interrompere l'introduzione del cibo (pericolo di aspirazione e broncopolmoniti)
8	Valutare l'eccessiva salivazione (riferire al curante)
9	Adeguate igiene del cavo orale, attenzione alle protesi dentarie!
10	Il familiare dovrebbe sorvegliare il proprio caro durante l'assunzione dei pasti