

*Ο έγκαιρος εντοπισμός και η θεραπεία των διαταραχών σίτισης και κατάποσης (δυσφαγίας) μπορεί να:*

- Μειώσει τη διάρκεια της θεραπείας.
- Μειώσει την πιθανότητα για επιπλέον επιπλοκές.
- Μειώσει το άγχος της οικογένειας και των φροντιστών.
- Αυξήσει την ανεξαρτησία του ατόμου και
- Αυξήσει την δυνατότητα για συμμετοχή σε κοινωνικές δραστηριότητες.

Επικοινωνήστε με έναν ειδικό λογοθεραπευτή για τις διαταραχές σίτισης και κατάποσης.

#### Ενδείξεις και Συμπτώματα της Δυσφαγίας σε Ενήλικους

Βήχας κατά τη διάρκεια ή μετά την κατάποση

Επεισόδια πνιγμού

Αναπνευστικές δυσκολίες μετά το φαγητό

Σιελόρροια ή Δυσκολία στη διαχείριση και στην κατάποση του σάλιου

Αίσθημα κατακράτησης της τροφής στο λαιμό

Ρινική ανάρροια της τροφής ή των υγρών κατά τη διάρκεια της κατάποσης

Παλινδρόμηση τροφής μετά το φαγητό

Δυσκολία κατάποσης τροφών με συγκεκριμένη πυκνότητα ή σύσταση

Αλλαγές στις διατροφικές συνήθειες

Απώλεια βάρους

Επανειλημμένα επεισόδια πνευμονίας λόγω εισροφίσεων

Αλλαγές στην ποιότητα φωνής κατά τη διάρκεια ή μετά το γεύμα

Δυσκολίες στη μάσηση (π.χ. η τροφή φεύγει από τα χείλη, αυξημένος χρόνος μάσησης)

Πόνος κατά την κατάποση

Καθαρισμός του λαιμού κατά τη διάρκεια ή μετά την κατάποση

Δυσκολία στην εκκίνηση της κατάποσης



## Διαταραχές σίτισης & κατάποσης σε ενήλικες



#### Διεύθυνση ΣΕΛΛΕ:

Κάνιγγος 10 Αθήνα,  
Αττική, 10677, Ελλάδα  
Τηλέφωνο: 2103848362  
<http://www.selle.gr>

#### Ο ρόλος του Επιστήμονα

Λογοθεραπευτή  
Λογοπαθολόγου

## Τι είναι δυσφαγία;

Δυσφαγία είναι ο όρος με τον οποίον περιγράφουμε οποιαδήποτε δυσκολία σχετικά με τη σίτιση και την κατάποση τροφής και υγρών. Οι δυσκολίες μπορεί να περιλαμβάνουν προβλήματα στη μάσηση, το συντονισμό της κίνησης των χειλιών και της γλώσσας, ή στην ίδια την κατάποση.

Η σοβαρότητα κυμαίνεται από ήπια δυσκολία μέχρι την πλήρη απώλεια της ικανότητας του ατόμου για κατάποση.

Όταν η κατάποση δεν είναι ασφαλής, υπάρχει κίνδυνος η τροφή ή τα υγρά να εισροφηθούν στην τραχεία και να οδηγηθούν προς τους πνεύμονες.

Συχνά, οι εισροφήσεις δεν γίνονται αντιληπτές (σιωπηρές) από τον ασθενή λόγω απουσίας βήχα ή φλεγμάτων. Οι εισροφήσεις αυξάνουν την πιθανότητα να προκληθούν πνευμονικές λοιμώξεις και πνευμονία λόγω εισρόφησης.



## Γιατί θα πρέπει να απευθυνθώ σε ένα λογοθεραπευτή για τις δυσκολίες κατά τη σίτιση, πόση και κατάποση;

Ο λογοθεραπευτής είναι ο επιστήμονας που ασχολείται με την εκτίμηση, τη διάγνωση και τη θεραπεία των διαταραχών του λόγου, της φωνής και της ομιλίας. Εξειδικευμένοι λογοθεραπευτές μπορούν να εκτιμήσουν, να διαγνώσουν και να αντιμετωπίσουν τις διαταραχές στη σίτιση και κατάποση.

Η δυσφαγία δεν είναι ασθένεια, αλλά διαταραχή.

Ο ειδικός λογοθεραπευτής συνεργάζεται με άλλες συναφείς ειδικότητες κατά τη διάρκεια της αξιολόγησης και παρέμβασης για τη δυσφαγία.

## Πότε υπάρχουν μεγαλύτερες πιθανότητες να εμφανιστούν προβλήματα σίτισης και κατάποσης;

Η δυσκολία στην κατάποση μπορεί να εμφανίζεται μεταξύ άλλων σε περιπτώσεις:

- Κρανιοεγκεφαλικής κάκωσης
- Εγκεφαλικού επεισοδίου
- Κατόπιν χειρουργικής επέμβασης κεφαλής, τραχήλου, αυχένα ή σπονδυλικής στήλης
- Καρκίνου του στόματος, φάρυγγα, ή οισοφάγου
- Νόσου του Πάρκινσον
- Σκλήρυνσης κατά Πλάκας
- Αμυοτροφικής Πλάγιας Σκλήρυνσης
- Νόσου Alzheimer & Συγγενών διαταραχών
- Αλλοιών (μυϊκών, αισθητηριακών) λόγω γήρατος.

## Πώς θα σας βοηθήσει ο λογοθεραπευτής;

Βασιζόμενος σε ένα αναλυτικό ιστορικό, με πληροφορίες τόσο για τις συνήθειες όσο και για τις δυσκολίες κατά τη σίτιση και την κατάποση, ο ειδικός λογοθεραπευτής θα διεξάγει μια εκτενή αξιολόγηση. Η αξιολόγηση θα διερευνήσει τα αίτια έτσι ώστε να καθοριστεί η θεραπευτική αντιμετώπιση και παρέμβαση.

Υπάρχουν περιπτώσεις που χρειάζεται η συνεργασία με άλλες ειδικότητες, όπως Νευρολόγους, Ωτορινολαρυγγολόγους, Ακτινολόγους, προτού ο λογοθεραπευτής αποκτήσει όλες τις πληροφορίες για το σχεδιασμό και την εκτέλεση ενός εξατομικευμένου προγράμματος θεραπείας.

**Τα προγράμματα παρέμβασης συνήθως περιέχουν συγκεκριμένες τροποποιήσεις κατά τη διάρκεια των γευμάτων, όπως:**

αλλαγές στη θέση σίτισης, στο διαιτολόγιο, στις συστάσεις τροφών, στο ρυθμό σίτισης. Οι εξειδικευμένοι λογοθεραπευτές μπορούν να παρέχουν θεραπευτικές τεχνικές για την αντιμετώπιση της δυσφαγίας.

Για κάποιες τροποποιήσεις και παρεμβάσεις, η συνεργασία του εγγύτερου περιβάλλοντος (φροντιστών κτλ.) ίσως είναι απαραίτητη.

