

新竹馬偕紀念醫院

地址：

30071 新竹市光復路二段 690 號

電話：

03-5166868，03-6119595

電子郵件：

hcservice@mmh.org.tw

· 健康諮詢專線：03-5745098
週一～週五 上午 9:00~12:00
下午

14:00~17:00

週六至中午 12:00，

例假日休息

· 語音掛號電話：03-5166516

· 人工掛號電話：03-6118866

週一~週五上午 8:00~17:00

週六上午 8:00~12:00

什麼是「吞嚥障礙」？

修訂: 2023/08/01

復健科



新竹馬偕紀念醫院

Mackay Memorial Hospital, Hsinchu

(C)Mackay Memorial Hospital All Rights Reserved.

馬偕紀念醫院 著作權所有，並保留一切權利

新竹馬偕醫院復健科 語言治療師 鄭涵如

吞嚥，於我們而言是一項重要的生存基本功能，吞嚥的功能一旦發生障礙，會對進食產生很大的影響。然而，卻也容易被輕忽，患者或許覺得只是一時吞不好、不小心噎到，直到噎咳頻率越來越高、體重不斷減輕，甚至得到吸入性肺炎危及生命，這才發現吞嚥問題的嚴重性，錯過黃金治療時機。

那，何謂「吞嚥障礙」？吞嚥障礙為無法順利進食的狀況。當咀嚼食物，吞下去到食物進入到胃裡整個過程中，只要其中一個步驟出現問題，導致無法順利、安全並有效率的進食，這就是「吞嚥障礙」。吞嚥障礙發生的原因有很多種，也可能會發生於任何年齡層，從嬰兒到老年人都有。

◆ 哪些族群可能出現吞嚥障礙？

◇ 神經損傷患者：

1. 中風
2. 腦傷
3. 腦性麻痺
4. 腦瘤
5. 頸椎受傷

◇ 退化性疾病患者：

1. 帕金森氏症
2. 失智症
3. 脊髓側索硬化症 ALS
4. 重症肌無力症

◇ 其他：

1. 慢性阻塞性肺病
2. 頭頸癌：口腔癌、舌癌、喉癌、鼻咽癌等癌症
3. 老化

◆ 吞嚥障礙的症狀：當出現以下症狀時，要特別注意！

- ◇ 無法辨識食物
- ◇ 進食後舌面、口腔內殘留食物，吞不乾淨
- ◇ 吃飯、喝水時容易噎到咳嗽或頻繁清喉嚨
- ◇ 食物卡在喉嚨吞不下去
- ◇ 一口食物或液體要分好幾次才能吞完
- ◇ 食物或水從嘴巴、鼻腔流出
- ◇ 吃飯時間增加，進食效率變差
- ◇ 吞嚥後，咽部或胸腔分泌物增加
- ◇ 不明原因發燒、體重減輕
- ◇ 反覆性肺炎

◆ 吞嚥障礙的治療

當出現吞嚥困難時應該要掛哪一科呢？請掛醫院的**復健科**，由醫師檢查診斷，再由復健科語言治療師進行完整的臨床吞嚥評估。語言治療師會根據評估結果，為患者擬定個別化的吞嚥治療計畫，並指導患者進行合適的吞嚥訓練。由於造成吞嚥障礙的因素不同，因此訓練方法也因人而異，患者及家屬請遵照語言治療師的指導來進行吞嚥訓練。

吞嚥治療可分為兩大方向：

◇ **直接治療**：使用食物進行吞嚥訓練。

1. 選擇患者適合的食物質地和食器
2. 找出最佳吞嚥姿勢
3. 找出食物於口中放置的最佳位置

◇ **間接治療**：只加強吞嚥相關的神經運動控制和肌肉動作能力，而不使用食物作吞嚥訓練。

1. 口腔運動：下巴、嘴唇、舌頭
2. 增加吞嚥反射敏感度
3. 喉部運動

~如需轉載本篇文章或有任何疑問，請洽馬偕紀念醫院復健科~

~新竹馬偕紀念醫院 關心您的健康~