

# DYSPHAGIE

DIFFICULTÉ À MÂCHER ET À AVALER LES ALIMENTS ET LES LIQUIDES

## SIGNES ET SYMPTÔMES

### AVANT D'AVALER

Difficulté à mâcher  
La nourriture s'échappe  
de votre bouche



### PENDANT QUE VOUS AVALEZ

Manger prend trop de temps  
Aliments restent dans la bouche  
Vous avalez de travers  
Difficulté à avaler des comprimés  
Aliments restent dans la gorge



### APRÈS AVOIR AVALÉ

Toux  
Étouffement  
Voix « mouillée » ou rauque  
Respiration congestionnée

## CONSÉQUENCES DE LA DYSPHAGIE



**MALNUTRITION**  
perte de poids



**DÉSHYDRATATION**  
difficulté à penser,  
urine foncée, fatigue,  
étourdissement



**ASPIRATION**  
pneumonie,  
étouffement, décès

- **PROLONGATION** de l'hospitalisation
- Décision d'aménager dans une maison de retraite ou centre d'hébergement
- **QUALITÉ** de vie

## CE QUE VOUS POUVEZ FAIRE



### À FAIRE :

- Parlez-en à votre médecin.
- Demandez les services d'un orthophoniste.
- Portez votre dentier, vos lunettes ou votre prothèse auditive, selon le cas.
- Mangez seulement lorsque vous êtes bien éveillé.
- Mangez assis et restez assis 30 minutes après le repas.

**NE PARLEZ  
PAS EN  
MANGEANT.**

## CE QUE LES AUTRES PEUVENT FAIRE POUR VOUS

Vous aider à ouvrir vos contenants, à couper votre nourriture et à manger.

Vous donner de petites bouchées/gorgées.

Vous laisser le temps d'avaler avant de vous en offrir davantage.



### À ÉVITER



Ne pas vous parler pendant que vous mangez.



Ne pas vous pousser à manger vite.

SI VOUS ÉProuVEZ DES DIFFICULTÉS À MASTIQUER ET À AVALER, PARLEZ-EN À VOTRE MÉDECIN ET CONSULTEZ UN ORTHOPHONISTE.