



# L'alimentation et la déglutition après un AVC

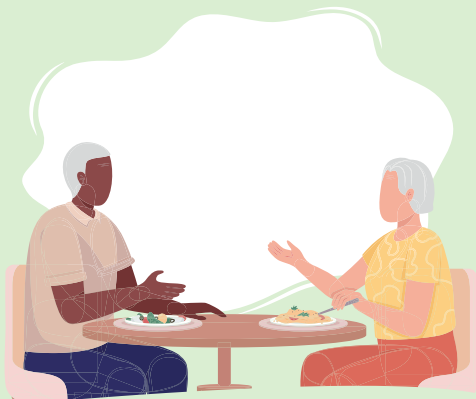
**La dysphagie désigne la difficulté à avaler. Elle peut survenir suite à un dommage au cerveau, tel qu'un AVC.** Il est possible qu'une personne dysphagique doive changer les textures de ses aliments et ses liquides pour s'assurer de se nourrir et de boire de façon sécuritaire.

## Voici ce que vous devez savoir

- ✓ Jusqu'à 65 % des gens seront dysphagiques après avoir subi un AVC
- ✓ Une pneumonie peut se produire lorsque les aliments ou les liquides « descendent dans le mauvais trou » (condition reconnue sous le nom de pneumonie d'aspiration)
- ✓ Les soins buccaux avant et après les repas ainsi qu'au coucher peuvent aider à réduire les risques de pneumonie d'aspiration
- ✓ La peur de s'étouffer et/ou le changement de texture des aliments ou de la consistance des liquides (liquides épaissis) peuvent mener à un apport insuffisant, engendrant ainsi une perte de poids et la déshydratation
- ✓ En raison de la dysphagie, bien des gens peuvent s'isoler. Il est important de continuer de les inclure dans les activités sociales, et qu'elles aient accès à des options sécuritaires pour manger et boire

## Conseils et astuces - Toujours suivre le plan de soins!

### Avant de commencer



- Nettoyez-vous les mains
- Assurez-vous que la personne est alerte
- Suivez les suggestions du personnel de thérapie pour l'utilisation des appareils fonctionnels selon les besoins (tasses pour gorgées contrôlées, manches d'ustensiles adaptés tel que plus gros, assiette avec rebords incurvé, napperon antidérapant, etc.)
- Assurez-vous que les prothèses dentaires sont en place et bien ajustées
- Placez-vous face à face et au niveau des yeux de la personne. Si ceci n'est pas possible, assoyez-vous du côté non atteint de la personne
- Assurez-vous que la personne est assise bien droite pour le repas (à moins d'indication contraire dans le plan de soins)
- Demandez de l'aide si vous ne savez pas exactement si un aliment est adéquat pour la personne. Consultez le plan de soins pour obtenir des options sécuritaires (p. ex. des sucettes glacées [Popsicle], de la crème glacée et/ou des laits frappés ne conviennent pas nécessairement à tout le monde)

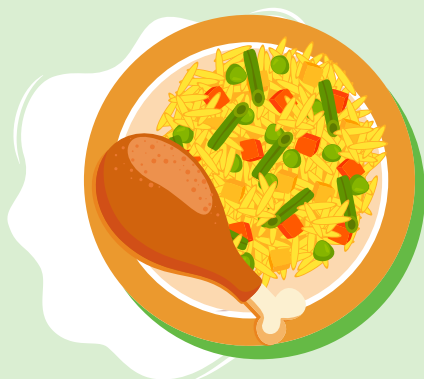
# L'alimentation et la déglutition après un AVC

## Soyez à l'affût des situations suivantes



- Aliments ou médicaments retenus dans la bouches, les joues ou sous la langue
- La personne prend beaucoup de temps à manger
- Écoulement de bave et aliments crachés
- Essoufflement après les repas
- Voix mouillée ou gargouillante
- Éclaircissement de la gorge
- Toux ou étouffement
- La personne indique que quelque chose colle dans sa gorge, que sa gorge est serrée ou elle décrit des signes de brûlures d'estomac

## Durant les repas



- Faites preuve de patience et n'allez pas trop vite
- Éviter de parler avec la personne pendant qu'elle mange
- Limitez les distractions
- Aidez la personne à manger lentement et à le faire par elle-même lorsqu'elle le peut
- Assurez-vous que la bouche est vide avant d'offrir d'autres aliments. Faites aussi cette vérification à la fin du repas
- Les aliments semblent parfois différents lorsque leur texture est modifiée. Assurez-vous de bien expliquer à la personne quels aliments que vous lui offrez
- Soyez positif! Cela peut grandement aider la personne à manger, et peut rehausser le plaisir des repas

## Après les repas



- Maintenez la personne assise droite pendant 30 minutes après les repas
- Vérifiez s'il y a des aliments résiduels dans les joues ou sous la langue
- Incitez-la personne à maintenir une bonne hygiène buccale. Au besoin, offrez-lui de l'aide pour se brosser les dents et/ou mettre ou enlever ses prothèses dentaires avant et après les repas
- Servez-vous d'une brosse à dents souple et ne vous fiez pas aux éponges buccales lors des soins de bouche

## Demandez le soutien de votre équipe

- ✓ Un suivi minutieux est essentiel, car avec le temps, la déglutition peut changer et affecter la capacité de manger et boire de façon sécuritaire. Si vous voyez que la personne mange et avale différemment, rapportez-le immédiatement à l'équipe
- ✓ Les diététistes professionnelles et les orthophonistes sont des spécialistes de l'alimentation et de la déglutition. Il peut être utile qu'elles participent aux soins de la personne