

## QUE FAIRE EN CAS DE FAUSSE ROUTE ?

Appelez immédiatement l'infirmière de l'unité

### Les BONS réflexes:

#### → Fausse route avec liquide:

- Elle n'est pas obstructive
- Rassurer le patient et l'inciter à tousser
- Le faire avaler après chaque toux

#### → Fausse route avec solide

- Calmer et rassurer la personne
- L'inciter à tousser, bouche ouverte, pour expulser l'aliment
- Désobstruer la bouche

#### → En cas de blocage et d'étouffement:

- « Pratiquer la manœuvre de Heimlich »
  - Se positionner derrière la personne, mettre les bras autour d'elle, former un poing avec vos mains (le poing est posé en dessous du sternum)
  - Enfoncer le poing brusquement en pratiquant une pression vers l'arrière et le haut (comme pour soulever la personne) tout en la basculant vers l'avant.
  - Renouveler la manœuvre 5 fois de suite si le corps étranger ne sort pas
  - En cas d'échec à la maison, appeler le 112

### À ne PAS faire

- Taper dans le dos de la personne
- Faire lever les bras
- Faire boire « pour faire passer »

## VOUS AVEZ DES QUESTIONS ?

### Durant l'hospitalisation

- Quels repas/liquides sont conseillés ?
- Des questions sur la dysphagie ?
- Besoin d'un suivi en cas de dysphagie ?
- Besoin de conseils pour composer les repas ?
- Où trouver le matériel nécessaire ?
- Comment épaissir les liquides ?
- Adaptation des médicaments (forme galénique) : effervescent, oro-dispersible, solution buvable, suppositoire, ...

**N'hésitez pas à contacter l'infirmière ou le médecin d'étage pour toute information complémentaire, ils interpellent le(s) membre(s) de l'équipe médicale et paramédicale selon vos besoins.**

### Au domicile

- N'hésitez pas à prendre contact avec votre médecin traitant.

#### Site Ste-Elisabeth

Avenue de Frélaan 206  
1180 Bruxelles  
☎ 02 614 20 00

#### Urgences 24 h/24

☎ 02 614 29 00

#### Bella Vita Medical Center

Allée André Delvaux 16  
1410 Waterloo  
☎ 02 614 42 00

#### Site St-Michel

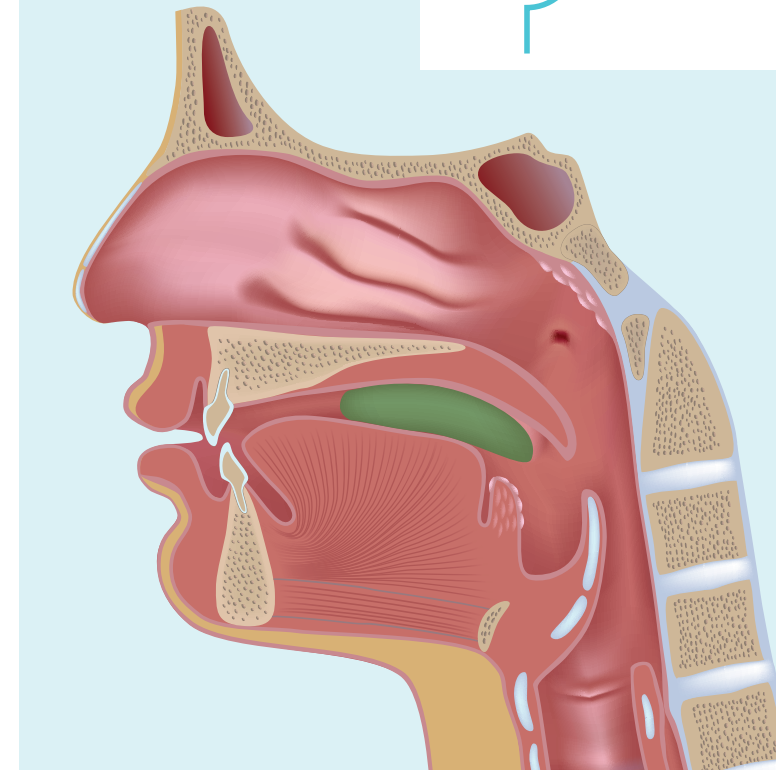
Rue de Linthout 150  
1040 Bruxelles  
☎ 02 614 30 00

#### Urgences 24 h/24

☎ 02 614 39 00

#### Consultation Externe Halle

Bergensesteenweg 67  
1500 Halle  
☎ 02 614 95 00



# Troubles de la DÉGLUTITION

Informations aux patients et leurs proches

CLINIQUES  
DE L'EUROPE

EUROPA  
ZIEKENHUIZEN

advanced care - personal touch

## DÉFINITION

En situation normale, lorsqu'on avale, la nourriture ou les boissons sont propulsées de la bouche vers l'estomac, via l'œsophage.

Les **troubles de la déglutition** (= dysphagie) sont une difficulté ou une incapacité à avaler normalement.

Cette difficulté peut avoir comme conséquence le passage des aliments dans les voies respiratoires, c'est ce que nous appelons la **fausse route** ou « **fausse déglutition** ».

## SIGNES D'ALERTE

### Hors du repas

- Respiratoire : encombrement bronchique, pneumonies récidivantes, toux
- Épisodes de température non expliqués
- Dénutrition, perte de poids
- Modification de la voix (dysphonie)

### Pendant le repas

- Prolongation de la durée du repas
- Mastication laborieuse
- Maintien prolongé des aliments en bouche
- Diminution des quantités mangées
- Refus de manger
- Fuites alimentaires, reflux nasal
- Déglutitions multiples et/ou bruyantes
- Gênes pour avaler
- Toux, même à distance du repas
- Étouffement
- Voix mouillée
- Sensation d'aliments coincés dans la gorge

## PRÉCAUTIONS LORS DES REPAS

### L'environnement

- Calme, détendu
- Sans élément distrayant : Télévision, radio, des personnes qui parlent entre elles, ...

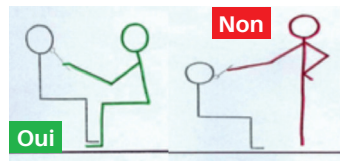
### À vérifier avant le repas

- La bouche doit être propre et hydratée
- Les prothèses dentaires mises en place et adaptées ; Si elles ne tiennent pas, les ôter

### Position pendant le repas

- Une installation correcte, avec le buste bien droit (max 30° en arrière), en position stable et confortable, pieds posés au sol (ou sur un repose-pieds)
- La tête légèrement fléchie vers le bas, dans l'axe du tronc (petit coussin derrière la tête)
- **Jamais** la tête vers l'arrière : position qui favorise les fausses routes
- Attendre 20 minutes après le repas, avant de recoucher la personne

### L'aïdant



- S'installer assis, idéalement face à la personne, à sa hauteur, jamais plus haut
- Favoriser l'autonomie de la personne
- Présenter et retirer le couvert par le bas
- Donner de petites bouchées, petites gorgées (cc) et les espacer (au moins 10 secondes)
- Vérifier que la bouche soit bien vidée avant de donner une autre bouchée
- Stimuler par des conseils : « mâchez », « avalez », ...
- Placer les aliments au milieu de la langue et exercer une pression de la cuillère sur celle-ci
- Vérifier que le verre soit toujours bien rempli : le contenu étant plus facile à boire, la tête ne part pas en arrière
- Éviter de faire parler la personne lorsqu'elle mange ou boit

### Les aides techniques possibles

- Privilégier une cuillère à café à une grande cuillère
- Verre : rigide, rempli à ras bord, à découpe nasale
- ÉVITER les verres canards : la tête part en arrière
- Paille : A tester selon les personnes (avis logo)
- Couverts adaptés



## QUELQUES CONSEILS ALIMENTAIRES

### Adaptation de la texture

Éviter les textures trop sèches, trop collantes

- Coupé : viandes tendres et coupées
- Moulu : viandes, légumes et féculents mixés
- Lisse : crèmes, yaourts, compotes, mousses, ...
- Boissons épaissies (à faire avec de la poudre ou déjà préparées en eaux gélifiées)

### Aliments à risque

- Aliments qui s'éparpillent : couscous, riz, petits pois, ...
- Aliments friables : biscottes, biscuits secs, feuilletés, ...
- Aliments fibreux : haricots verts, poireaux, chicons, ...
- Aliments collants : bonbons, petit suisse, œuf dur, ...
- Aliments durs : pommes, carottes crues, bonbons, ...
- Aliments qui changent de consistance : glace
- Le mélange liquide-solide : oranges, tomates « cerise », pain trempé dans le café, yaourt avec fruits en morceaux, ...

### A privilégier

- Alimentation avec du goût
- Boissons froides ou chaudes mais pas tièdes
- Boissons légèrement pétillantes, aromatisées
- Fractionner les repas si peu d'appétit et/ou fatigabilité