

## Zasady bezpiecznego karmienia chorych po udarze

*Wytyczne Heart and Stroke Foundation of Ontario 2002*

1. Sprawdź na wózkach z posiłkami, czy bierzesz właściwy rodzaj diety dla właściwego chorego
2. Zapewnij spokój podczas karmienia, ogranicz do minimum bodźce, które mogą odwracać uwagę chorego (np. wyłącz telewizor, radio, zamknij drzwi, żeby wytłumić hałas z korytarza)
3. Usadź pacjenta z tułowiem pod kątem 90° do podstawy, z głową w linii środkowej i brodą nieco opuszczoną ku dołowi.
4. Podeprzyj chorego poduchami, jeśli pomoże to utrzymać właściwą pozycję.
5. Przed każdym posiłkiem przeprowadź higienę jamy ustnej, aby usunąć bakterie, które mogły zgromadzić się na błonie śluzowej jamy ustnej.
6. Karm chorego w pozycji siedzącej, tak aby znajdować się na poziomie wzroku karmionej osoby.
7. Nie używaj łyżek stołowych. Używaj łyżeczek do herbaty, nigdy nie używaj plastikowych sztućców u chorych z obecnym odruchem kęśnięcia.
8. Karm powoli i podawaj płaskie łyżki.
9. Podawaj płyny do picia w bezpieczny sposób – dostarcz kubek o dużej średnicy lub ze specjalnym wcięciem na nos, co ułatwia picie bez konieczności odchylenia głowy ku tyłowi i redukuje ryzyko aspiracji. Dla niektórych osób picie przez słomkę może być bardziej bezpieczne niż z kubka.
10. Zanim podasz kolejny kęs, upewnij się, że poprzedni został przełknięty.
11. Obserwuj czy u chorego nie występują jakiegokolwiek objawy trudności z przełykaniem podczas posiłku i przez 30 minut po jego zakończeniu.
12. Przeprowadź higienę jamy ustnej po każdym posiłku, aby się upewnić, że żadne resztki jedzenia nie pozostały w jamie ustnej.
13. Usadź chorego po posiłku w wygodnej pozycji na co najmniej 30 minut aby ułatwić pasaż przełykowy, opróżnianie żołądka i zminimalizować ryzyko refluksu.
14. Monitoruj ilości pokarmów przyjmowane doustnie przez chorego z dysfagią, udokumentuj co i w jakiej ilości nie zostało zjedzone i zapewnij konieczną podaż pokarmów/płynów drogą alternatywną – szczególnie istotne u osób otrzymujących dietę półpłynną/miksowaną oraz zagęszczone płyny.
15. Dokumentuj całkowitą podaż pokarmów/płynów, jakiegokolwiek zmiany w zakresie połykania oraz wszelkie trudności z samodzielnym jedzeniem/piciem.