



La visita specialistica

Dopo aver consultato il proprio medico di famiglia si può accedere a una visita specialistica. Lo specialista che si occupa della diagnosi e cura della disfagia è il medico **foniatra**. La visita viene effettuata tramite una sottile fibra ottica che, passando dal naso, consente di osservare direttamente se sussistono pericoli durante la deglutizione. Successivamente la persona potrà essere inviata al **logopedista** per la riabilitazione, su prescrizione del medico foniatra, presso gli ambulatori logopedici della ASL 3.

A chi rivolgersi

Nella ASL3 Genovese le visite foniatriche sono effettuate nelle sedi di:

Sestri Ponente: S.C. Neurologia, Ospedale A. Micone. Ambulatorio di Foniatria e Logopedia (Pad. B 1° piano)

Arenzano: S.C. Recupero e Rieducazione Funzionale, Ospedale La Colletta. Ambulatorio di Foniatria e Logopedia (8° piano)



Modalità di prenotazione

Prenotare con richiesta del proprio medico di base di **“visita foniatica con panendoscopia per disfagia”** tramite CUP ai numeri:
800 098543 gratuito, da rete fissa
010 5383400 tariffazione urbana, da rete fissa e cellulari

DISFAGIA

Quando deglutire diventa difficile

Guida per gli utenti



Le problematiche legate alla deglutizione in età adulta e geriatrica possono insorgere in qualunque momento, in modo improvviso o in modo progressivo, ed essere riferibili a molteplici stati patologici e/o al normale invecchiamento.



Quando preoccuparsi?

- Se si fa fatica a gestire il cibo in bocca;
- Se si mantiene a lungo il cibo in bocca senza deglutirlo;
- Se dopo aver deglutito, la voce diventa roca e/o gorgogliante;
- Se dopo aver deglutito si ha bisogno di raschiare la gola o si ha la sensazione che qualcosa si sia fermato in gola;
- Se si tossisce mentre si mangia o si beve;
- Se sono necessarie deglutizioni ripetute per liberare la gola dai residui di cibo;
- Se la saliva si accumula in bocca o fuoriesce senza controllo;
- Se nell'anziano si manifesta inappetenza prolungata con o senza perdita di peso
- Se si manifestano difficoltà ad articolare correttamente le parole;

Cosa fare in attesa di una visita specialistica

Fino al momento della visita **evitare** i cibi che possono risultare più pericolosi in caso di disfagia come ad esempio:

Cibi misti o non omogenei: minestrina, minestrone in pezzi, frutta con buccia (uva, mandarini, arance) pomodori, colazioni con alimenti inzuppati.

Cibi frammentati: riso, legumi interi, frutta secca, frutta fresca con semi (kiwi, ciliegie, anguria, arance, mandarini), biscotti, grissini.

Cibi filacciosi: fagiolini, finocchi, bietole, spinaci, prosciutto crudo, torte salate con ripieno di verdura intera

Cibi duri e lisci: caramelle

Cibi appiccicosi: certi formaggi, il miele

Cibi solidi duri, stopposi o poco conditi

Tali cibi possono essere somministrati solo se frullati e ridotti a creme omogenee.

Indicazioni per la sicurezza del paziente

- Quando si mangia la posizione più corretta è quella da seduti. Non somministrare mai cibi o bevande in posizione sdraiata o semisdraiata.
- Durante il pasto fare in modo che l'ambiente sia tranquillo spegnendo televisione ed evitando le conversazioni.
- Se è necessario imboccare la persona, è consigliato mettersi seduti frontalmente e presentare il boccone dal basso verso l'alto, evitando così l'iperestensione o rotazione della testa.
- Il pasto deve procedere lentamente, se necessario far deglutire "a vuoto" dopo ogni deglutizione di cibo.



• Durante il pasto ogni tanto è utile far eseguire uno o due colpi di tosse e raschiare la gola per rimuovere anche i residui di cibo in faringe, altrettanto pericolosi di quelli in bocca.

• Se la voce o il respiro risultano "gorgoglianti" o se si scatena tosse dopo la deglutizione, sospendere immediatamente la somministrazione del cibo o del liquido che lo ha provocato, evitando di dare "colpetti sulla schiena" come si è soliti fare. Favorire invece la fine della crisi suggerendo alla persona di compiere lunghe respirazioni dal naso e di deglutire la saliva. Dopo qualche minuto si può presentare un altro cibo tra quelli già utilizzati con sicurezza

• Durante il pasto è preferibile non assumere bevande quando il cibo è ancora in bocca.

• Se il problema si presentasse con i liquidi, si consiglia di limitare le bevande all'acqua naturale non gasata, bevuta a singoli sorsi con la postura del capo flessa in avanti.

• Per la terapia farmacologica è preferibile assumere le pastiglie con cibi cremosi (yogurt o frutta passata).