

GESTIRE I PROBLEMI DI DEGLUTIZIONE

Cosa fare quando mangi

- Siedi col busto dritto, la testa leggermente flessa in avanti e i piedi appoggiati a terra
- Concentrati su ciò che fai senza distrarti guardando la televisione o in altro modo
- Mangia lentamente introducendo il boccone solo dopo aver deglutito completamente quello precedente
- A pasto concluso svolgi un'accurata pulizia del cavo orale per prevenire infezioni dentarie e gengivali

Cosa NON fare quando mangi

- NON bere e NON mangiare mai in posizione sdraiata
- NON parlare e NON ridere mentre ti alimenti, oppure sospendi il pasto per poterlo fare

CAMPANELLI D'ALLARME

Se presenti alcuni dei sintomi sottoelencati esponi il problema al tuo medico di base che lo segnalerà allo specialista:

- Comparsa costante di alcuni colpi di tosse involontaria entro 2-3 minuti dalla deglutizione di un boccone
- Fastidio o dolore associato alla deglutizione
- Comparsa di voce velata o gorgogliante dopo la deglutizione di un boccone
- Sensazione che parte del cibo resti nella gola
- Allungamento del tempo dedicato al pasto

CONTATTI

Ambulatori Area Argento Padiglione 13

Pad. 13 / Clinica Medica, primo piano

Tel. 055.794.9558 dal lunedì al venerdì, in orario 7:30 - 8:30 / 11:00 - 13:00