

二、注意及禁忌事項

1. 患者可進食的食物性質及濃稠度，均須經由醫師或語言治療師評估及建議後，才可開始。
(請注意！未經醫師或語言治療師同意，勿擅自餵患者吃東西或喝水！)
2. 患者意識需清楚，才可進食。
3. 由口進食時，身體坐直保持九十度的姿勢。
4. 當患者出現嗆咳行為，請停止進食，鼓勵患者咳嗽，並請主動告知醫師或語言治療師。
5. 進食食物性質須為單一濃稠度，勿混合不同濃稠度食物，如：軟質食物(如：粥)中不可加入任何湯類或其它液體食物。
6. 吃的速度應放慢，口中沒有食物之後再餵食下一口，並使用湯匙喝水、茶、或湯類食物。
7. 待進食完畢，應清潔患者口腔。
8. 若患者無法控制進食速度，應由他人協助餵食。

9. 食物“吸入”呼吸道的徵兆：嗆咳、音質改變、發燒、痰變多。
10. 服藥方式的建議，將藥丸搗碎加入少許的開水攪拌後，每口約3c.c.倒在湯匙中，若喝水較容易嗆咳者可再加入增稠劑後服用。
11. 語言治療師進行臨床吞嚥評估會檢視患者的口腔構造及動作控制能力，並會直接給予食物來試吃，評估患者對於不同性質食物(如：水、布丁、餅乾)的吞嚥能力。若需進一步確認嗆咳原因及吞嚥困難狀況，可經由電視螢光吞嚥攝影檢查做客觀的評估。

註：所有的液體食物(如：水、牛奶、湯)都可加入「食物增稠劑」，調整為稠度更高的液體。煮湯時，增稠劑可以是太白粉，加入湯後使之變為濃稠狀。

◎如有疑問，歡迎與治療師聯絡。

自我評量(是非題)

- () 1. 軟食之食物包含地瓜、蒸蛋。
- () 2. 開水、綠茶屬於稠液體。
- () 3. 進食速度應放慢，口中沒有食物後再餵食

請寫下您的問題：

專業審查者：顏向嬋 語言治療師

參考資料：

臺大醫院吞嚥困難多專科醫療團隊。(2022)：
全彩圖解吞嚥困難安心照護飲食全書：
輕鬆學會IDDSI好嚼好吞食物製備技巧&
分級食譜示範，兼顧營養美味與健康。
原水出版社。

制定日期：2012年1月

修訂日期：2024年2月(第四版)

編碼：7230-單張-中文-008-04

○	X	○	昱翅
ε	z	↓	聶聶

復健醫學科衛教系列

吞嚥障礙患者 飲食指南



復健醫學部·語言治療組製作

諮詢專線：(04)7238595轉7021

諮詢專線服務時間：

週一到週六 上午8:00-12:00

週一到週五 下午1:30-5:30

讚美專線：(04)7238595轉3920

抱怨專線：(04)7238595轉3925

網址：<https://www.cch.org.tw/knowledge.aspx?PID=1>



彰化基督教醫療財團法人
彰化基督教醫院
CHANGHUA CHRISTIAN MEDICAL FOUNDATION
CHANGHUA CHRISTIAN HOSPITAL

當您感到焦慮無助時，鼓勵您說出來，我們將陪伴您尋求相關支援及身心靈支持。

一、四大類性質食物

1. 軟食

食物用蒸或煮的方式，若有較大的顆粒則事先切碎再蒸煮，稍微咀嚼即可吞嚥。如：粥、地瓜、蒸蛋。



2. 泥狀物

準備食物切碎煮成粥，用果汁機打碎，再視需要加入適量食物增稠劑（註），最後食物質地像漿糊、滑嫩易吞。



3. 稠液體

利用食物增稠劑可以將液體食物調整濃稠度至花蜜狀或蜜糖狀。如：米漿、優酪乳。



4. 稀液體

一般液體。
如：開水、茶、蘋果汁、清湯。

