



VÄSTRA
GÖTALANDSREGIONEN
KUNGÄLVS SJUKHUS

Dysfagi

Information till dig och dina anhöriga

Vad är dysfagi?

Dysfagi innebär svårigheter att äta och dricka. Det finns många olika orsaker till dysfagi, en vanlig orsak till dysfagi hos vuxna är stroke. En stroke innebär en propp eller en blödning i något av hjärnans blodkärl. Upp till 50 procent av alla som får stroke har sväljsvårigheter i början, men för de flesta går besvären tillbaka efter en kort tid.

De vanligaste symtomen på dysfagi efter stroke är svårigheter att tugga, läckage ur munnen, matrester i munnen efter sväljning, hosta eller harkling, gurglig röst eller att mat fastnar i halsen. Man kan ha svårt att svälja vissa konsistenser av mat eller dryck, medan andra fungerar bra.

Det är viktigt att man upptäcker och behandlar dysfagi för att undvika komplikationer som undernäring och lunginflammation.

Vad händer nu?

Många personer med dysfagi förbättras under den första tiden. För en del blir besvären mer långvariga. Logopeden träffar patienten på avdelningen och utreder hur sväljningen fungerar, introducerar träning för att förbättra sväljningen och bedömer vilka konsistenser som är säkrast att äta eller dricka. Ibland kan man behöva kolsyrad eller trögflytande dryck, eller passerad eller lättuggad mat. Om sväljningen bedöms för osäker eller om patienten sväljer fel kan man ibland behöva få näring på andra sätt, till exempel via dropp eller sond. Det är läkaren som tar beslut om hur patienten ska få i sig näring, ofta i samråd med logoped.

Efter utskrivning finns det möjlighet att träffa logoped inom kommun eller primärvård. Logopeden på sjukhuset förmedlar oftast kontakten. Hur lång tid man behöver vänta beror dels på vilken typ av svårigheter man har, dels på om det är väntetid hos kommunens eller primärvårdens logoped. Man kan också behöva ytterligare utredning av sväljningen; remiss för detta skrivs av läkare i samråd med logoped.

Allmänna råd vid sväljsvårigheter

- Undvik att äta och prata samtidigt.
- Ät i din egen takt, jäkta inte under måltiden. Vila gärna innan måltiden så att du orkar äta.
- Miljön bör vara lugn och inte stressig. Stäng av tv och radio.
- Det är viktigt att sitta bra då man äter. Sitt upprätt nära bordet med bra stöd för rygg och fötter.
- Välj lämplig konsistens på mat och dryck. Fråga din logoped om du inte har fått några råd kring detta.
- Blanda inte olika konsistenser på gaffeln eller skeden. Många med dysfagi kan ha svårt för till exempel gröt med mjölk eller soppa med bitar.
- Ta små tuggor och tugga maten väl.
- Svälj varje tugga eller klunk innan du tar nästa.
- Om du blir trött av att äta kan du prova att äta mindre portioner men oftare. Du kan också ta kontakt med en dietist som kan visa hur man lagar mer energirik mat.
- Var uppmärksam på ofrivillig viktnedgång eller hosta i samband med måltider. Ta kontakt med logoped för utredning.
- God munhygien är viktigt om man har dysfagi. Känn efter med tungan eller titta i munnen efter måltider så att inga matrester ligger kvar.