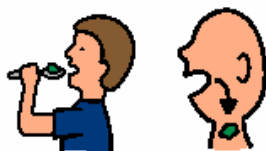


Što je gutanje?

Gutanje je process koji nam omogućuje kontrolu pljuvačke, te uzimanje hrane i tekućine.

Za gutanje upotrebljavamo mišiće usta, jezika i vrata.



Mnogi zdravstveni stanjei mogu dovesti do poteškoća s unošenjem hrane i tekućine.

Hrana i tekućina mogu proći krivim putem i završiti u dušniku i plućima.



To može dovesti do infekcije u grudima.

Problem kod gutanja se naziva 'disfagija'.

Simptomi disfagije

- teško Vam je gristi ili žvakati



- teško mičete hranu u ustima

- teško zadržavate hranu u ustima

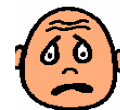


- gušite se i kašljete kad god gutate hranu ili tekućinu



- osjećate kao da Vam je nešto zapelo u grlu

- bojite se jesti i piti



- dugo Vam treba za završiti obrok



Tko može pomoći?

Patolog govora će procijeniti kako dobro gutate.



Možda ćete svakodnevno trebati vježbati, kako biste ojačali mišiće usta, jezika i grla.

Možda ćete trebati posebnu ishranu.



Možda ćete trebati piti gušču tekući

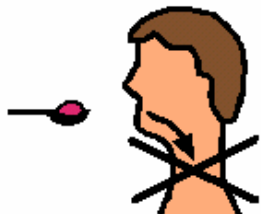


Ponekad će Vam se gutanje brzo popraviti. Ponekad to može potrajati.

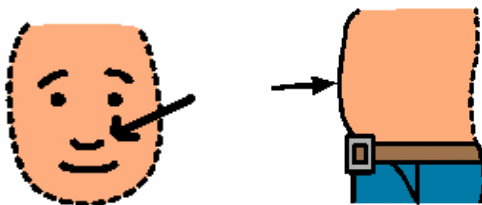
Ponekad se stanje uopće ne popravi.

Što ako ne mogu gutati?

Za Vas može biti preopasno jesti i piti na uobičajeni način.



Možda se trebate hraniti preko cijevčice, ili kroz nos ili cijevčice kroz želudac.



Ako dobro jedete, bit ćete jači i prije se oporaviti.



Strategije za gutanje

- sjedite uspravno



- ravno držite glavu

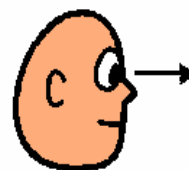
- uzimajte male zalogaje



- hranu dobro prožvačite



- koncentrirajte se

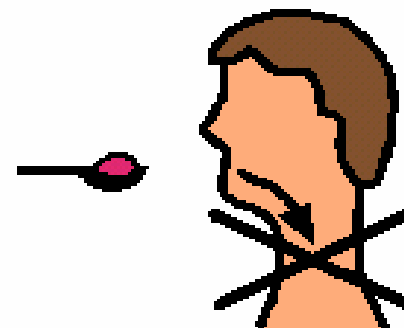


Croatian/Hrvatski

Patologija govora i disfagija

DYSPHAGIA

"Poteškoće kod gutanja"



Opće informacije



Queensland Government
Queensland Health

Translated by:
Multicultural Liaison Project
Gold Coast Health Service District
May 2008