

Il faut donc éviter :

- d'ingérer en même temps aliments solide et liquide ;
- de boire à la bouteille (risque de fausses routes + + +) ;
- de boire, manger debout ou allongé ;
- de boire ou manger en faisant autre chose (en parlant) : limiter les sources de distractions (télévision, radio...) ;
- de manger des aliments friables, filandreux, granuleux, secs et collants.



Rééducation de la déglutition :

- Oui
- Non

Rééducateurs :

.....

.....

.....

.....

L'équipe pluriprofessionnelle du CNR Wilson reste à votre disposition. Si vous souhaitez des précisions ou face à une aggravation de vos difficultés de déglutition, n'hésitez pas à la solliciter.

Contact : cnr.wilson@lrp.aphp.fr

Pour plus d'informations sur la maladie et le Centre Maladie Rare Wilson, consultez le site : www.cnrwilson.fr

Informations et recommandations relatives à la déglutition dans la maladie de Wilson

- conseils pour mieux manger ou comment limiter le risque de fausses routes -

La **déglutition** est l'action d'avaler sa salive, des aliments ou des liquides, qui passent de la bouche à l'estomac.

La **maladie de Wilson** entraîne souvent des difficultés de déglutition, appelées dysphagie.

Cette **dysphagie** peut se manifester par des écoulements salivaires, des difficultés à avaler la salive, à mastiquer, des blocages d'aliments, un allongement des repas, des déglutitions répétées et/ou une toux signalant des fausses routes...

La **fausse route** est le fait d'avaler « de travers », la fermeture des voies respiratoires (poumons, trachée) n'ayant pas pu être assurée au moment de la déglutition. La fausse route se traduit par un réflexe de toux efficace ou non, parfois même absent.

Les conséquences de la dysphagie peuvent être graves : étouffement, maladies respiratoires (infections pulmonaires), déshydratation, dénutrition avec perte de poids.

Il est ainsi important de **dépister** ces troubles et de les **prendre en charge** pour **améliorer votre qualité de vie**.

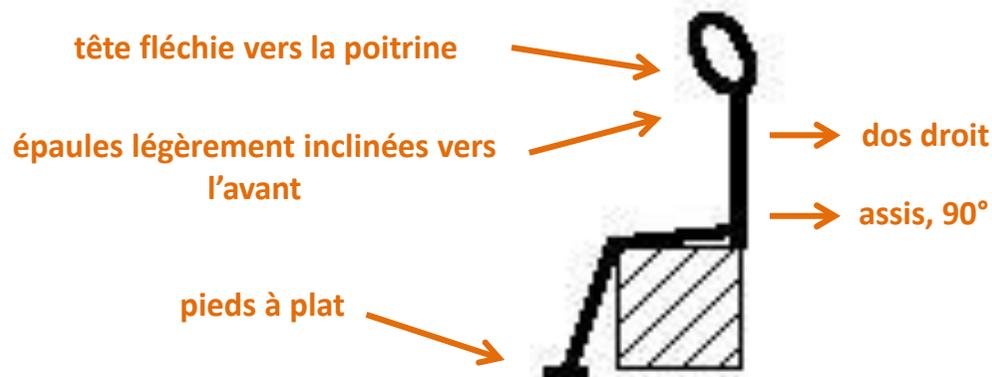
Recommandations

Comportement et environnement :

- Environnement calme ;
- Concentration optimale ;
- Petites bouchées et petites gorgées ;
- Manger lentement, prendre le temps de mastiquer et d'avaler.

Installation et postures lors des repas :

- Pour optimiser la protection des voies respiratoires en limitant le risque de fausses routes :



- Ne pas relever le menton tant que tout n'a pas été avalé ;
- Rester en position assise après le repas (20 min).

Bonne hygiène bucco-dentaire :

- Se brosser les dents régulièrement et /ou effectuer des bains de bouche ;
- pour améliorer la sensibilité buccale, limiter le risque d'infection pulmonaire et préserver un bon état dentaire.

Recommandations

Aménagement des textures :

- Le changement de texture alimentaire est une **décision médicale** ;
- Quand l'apport nutritif n'est pas suffisant, des **compléments alimentaires** pourront vous être prescrits ;
- Fragmenter éventuellement les repas si leur durée est allongée ;
- **Augmenter les stimulations sensibles** : manger bien chaud, bien froid, des aliments savoureux.

Liquides :

- Eau gélifiée
- Eau légèrement épaissie
- Eau gazeuse, pétillante
- Eau plate

Solides :

- Alimentation complètement mixée
- Alimentation mixée / hachée finement
- Alimentation hachée avec aliments tendres
- Alimentation normale

Prise des traitements :

Aides techniques / stratégies :

.....

.....

.....

.....

.....