

## **Żywnienie osób starszych uwzględniające schorzenia współistniejące – choroba Alzheimera**

- ✓ należy starać się, aby chory jak najdłużej zachował samodzielność przy spożywaniu posiłków, wraz z postępem choroby choremu coraz trudniej jest posługiwać się sztućcami,
- ✓ z czasem będzie jadł tylko łyżką, później jedynie palcami – należy zaakceptować taką sytuację i pogodzić się z tym, że chory może podczas jedzenia rozlać napój lub nakruszyć,
- ✓ nie upominać chorego, gdy je rękoma, w takich sytuacjach starać się podawać potrawy, które łatwo wziąć do rąk, nie należy upominać chorego kiedy je rękoma, **ponieważ w ten sposób odwlekamy moment, kiedy chorego trzeba będzie karmić,**
- ✓ jeśli to możliwe chory powinien spożywać posiłki przy stole, w pozycji siedzącej, miejsce spożywania posiłków powinno być dobrze oświetlone,
- ✓ należy starać się, aby kolory naczyń były różne od koloru obrusa i potraw, płyny powinno się podawać w specjalnych plastikowych kubkach z dziobkiem do picia,
- ✓ potrawy powinno się podawać kolejno po sobie, powinny być odpowiednio przyprawione wcześniej, drobno pokrojone, nie powinny zawierać ości ani drobnych kości
- ✓ przy trudnościach w połykaniu pokarmy powinny być podawane w formie papki,
- ✓ w sytuacji, gdy chory przetrzymuje pokarm w ustach podajemy posiłki w postaci półpłynnej,
- ✓ w celu uniknięcia krztuszenia pacjenta unikamy podawania produktów o różnej konsystencji i rozwodnionych płynów

### **W przypadku zakrztuszenia się – jeśli chory kaszle i oddycha – nie trzeba interweniować, wystarczy jedynie zabronić choremu mówić**

- ✓ Jeżeli chory nie może oddychać, wypowiadać słów lub sinieje, trzeba udzielić mu pomocy:
  - ✓ **w przypadku, gdy chory siedzi należy za nim stanąć, objąć go poniżej żeber i wykonać energiczny i dość silny ruch w kierunku do siebie i do góry,**
  - ✓ **jeżeli chory leży w łóżku, należy położyć ręce na środku brzucha i dość energicznie ucisnąć w celu spowodowania nagłego zwiększenia ciśnienia w klatce piersiowej, a następnie w drogach oddechowych i wyrzucenie zalegającego pokarmu**