

LA DYSPHAGIE

La **dysphagie** est un **trouble de la déglutition** lié à la difficulté du passage des aliments de la bouche vers l'estomac. Cette pathologie n'engendre pas systématiquement des conséquences graves mais **nécessite d'être détectée au plus tôt afin de proposer une alimentation et des soins adaptés.**

Quand manger devient gênant ou douloureux, qu'il y a des **sensations d'étouffement** en avalant, **il peut s'agir de dysphagie.** Ce trouble de la déglutition est une conséquence de diverses maladies.

Comment reconnaître la dysphagie ? Faisons le point et découvrons dans ce document quelles sont les causes de la dysphagie, ses principaux symptômes, et le moyen de la détecter.

Comprendre dans quels contextes la dysphagie apparaît

Surveiller les personnes à risque

Les personnes les plus touchées par la dysphagie :



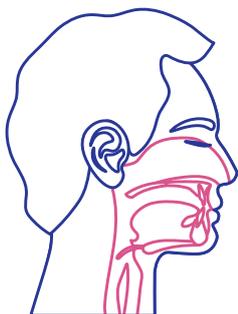
30 à 70 %
des **personnes âgées** en EHPAD¹



Les **personnes en situation de handicap**

Il existe trois grandes familles de pathologies favorisant les troubles de la déglutition :

1^{ère} cause : Troubles neurologiques²



Les troubles de la déglutition touchent :

80 % des personnes atteintes de la **maladie de Parkinson**³.

55 % des personnes ayant fait un **AVC aigu**⁴. Les troubles sont le plus souvent transitoires et diminuent avec le temps.

Dans certains cas, les personnes touchées par la **maladie de Charcot** qui induit une défaillance du transport oral au niveau de la partie antérieure de la langue.

2^{ème} cause : Troubles ORL⁵

Les **inflammations et les cancers ORL** provoquent des gênes et des douleurs lors de la déglutition.

3^{ème} cause : Troubles musculaires

La **dystrophie** entraîne des difficultés à la mastication.⁶

Surveiller les signes

Il existe de nombreux symptômes de la dysphagie qu'il est important de savoir repérer au plus tôt. Comment ? En faisant attention aux signes visibles de dysphagie mais également aux signes plus discrets.

Comment repérer les symptômes de la dysphagie ?

Signes apparents



La prise de petites bouchées
et un temps rallongé à table



De la toux et/ou des étouffements
Dus à des fausses routes (passage
d'aliments dans les voies respiratoires)



La diminution des prises alimentaires
Due à une perte d'appétit, à l'éviction de certains
aliments et au refus de manger. Cela entraîne
un isolement social et / ou une perte de poids



Des signes survenant après le repas
Des difficultés à respirer après
le repas, des fièvres inexplicables
et un changement de voix

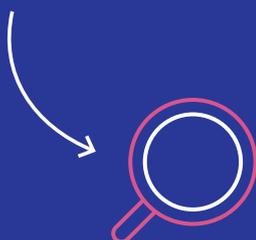
Signes discrets



Un manque de salivation
Qui engendre de multiples
tentatives pour avaler



Des gênes et des douleurs
Dues au passage du bol alimentaire
non homogène dans les voies
digestives



Observez, soyez **attentifs** et pensez
à **poser des questions** aux personnes
qui présentent un ou plusieurs
de ces symptômes.

Les outils de dépistage

1 Auto-évaluation

En cas de doute, il est possible de s'aider de questionnaires développés par des professionnels. Il en existe plusieurs, mais les deux plus utilisés sont les suivants :

EAT-10

Permet d'identifier en 10 questions si un patient est susceptible d'être atteint de dysphagie. Il peut être utilisé par les patients et également servir de support pour les professionnels de santé. Les patients doivent évaluer la gravité de leurs symptômes en attribuant une note de 0 à 4 à chaque question posée.

0 = pas de problème / 4 = problème important

Mes problèmes de déglutition m'ont causé une perte de poids

0 1 2 3 4

DHI (Déglutition Handicap Index)

Complémentaire au diagnostic d'un professionnel de santé, le questionnaire explore 3 domaines : les symptômes spécifiques à la déglutition, les symptômes aspécifiques en rapport avec l'alimentation, et l'état émotionnel. Voici quelques exemples de questions posées, pour lesquelles, le patient doit indiquer la fréquence d'occurrence :

J = jamais / PJ = presque jamais / P = parfois / PT = presque toujours / T = toujours

Je sens une gêne quand j'avale

J PJ P PT T

J'ai faim ou j'ai soif après mes repas

J PJ P PT T

Mes difficultés pour avaler me contrarient

J PJ P PT T

2 Évaluation clinique

Objectifs :

- Identifier les causes possibles des problèmes de déglutition
- Estimer la sécurité de la déglutition et le risque d'inhalation
- Soutenir les décisions concernant l'alimentation

L'évaluation clinique est effectuée par un professionnel de santé (kinésithérapeute, orthophoniste, médecin).



Déterminer l'état nutritionnel du patient



Effectuer un examen ORL afin de détecter des lésions, des déficits sensitifs ou des dysfonctionnements ORL



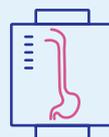
Effectuer un examen neurologique complet

3 Évaluation instrumentale si nécessaire

Dans certains cas, il est possible d'effectuer des examens complémentaires dans des établissements spécialisés.



- **IRM**, pratiqué en particulier chez les patients traités pour un cancer ORL



- **Vidéo-radioscopie de la déglutition**, qui permet d'observer en temps réel ce qu'il se passe lors de la déglutition

De multiples impacts de la dysphagie

La dysphagie peut avoir de graves conséquences si les modes de vie des personnes concernées ne sont pas adaptés. Sans prise en charge rapide, les impacts physiologiques et psycho-sociaux-émotionnels peuvent affecter la vie sociale et l'état nutritionnel du patient.

Les risques de complications



**Asphyxie
et pneumopathie**



**Dénutrition
et déshydratation**



**Qualité
de vie altérée**

Impacts psycho-sociaux-émotionnels

Chez les personnes dysphagiques, les repas sont parfois source de douleurs et de gênes. Dans certains cas, l'appréhension du repas aboutit à un isolement social ou à un évitement du repas.



Gênes et douleurs



Anxiété



**Perte de plaisir
et isolement social**

La réponse Sodexo

Il est nécessaire de redonner envie et d'éviter l'appréhension avant les repas en proposant des repas adaptés et appétants : respect des saveurs et visuellement bien présentés.

« Nous essayons d'utiliser le plaisir comme un moyen de stimulation car la stimulation est un bon vecteur d'efficacité de la déglutition. »

Xavier, Orthophoniste – Formateur en établissements pour personnes âgées

Notre réponse et savoir faire



Des repas adaptés

Les recettes sont pensées pour répondre aux besoins spécifiques des personnes atteintes de dysphagie :

- Des textures adaptées selon les grades de l'IDDSI*
- Un dressage soigné et coloré dans une vaisselle adaptée
- Un environnement calme et adapté

* Standardisation internationale des textures.



Une approche pluridisciplinaire

Des professionnels de santé (orthophonistes, responsables nutrition, chef cuisinier et personnel accompagnant) qui collaborent.



**PERMET DE RÉDUIRE LE RISQUE DE FAUSSES ROUTES
ET DE CONSERVER LE PLAISIR DE MANGER**

Les moyens de prendre en charge une personne souffrant de dysphagie seront explicités dans une seconde publication. **Contactez-nous pour en savoir plus !**