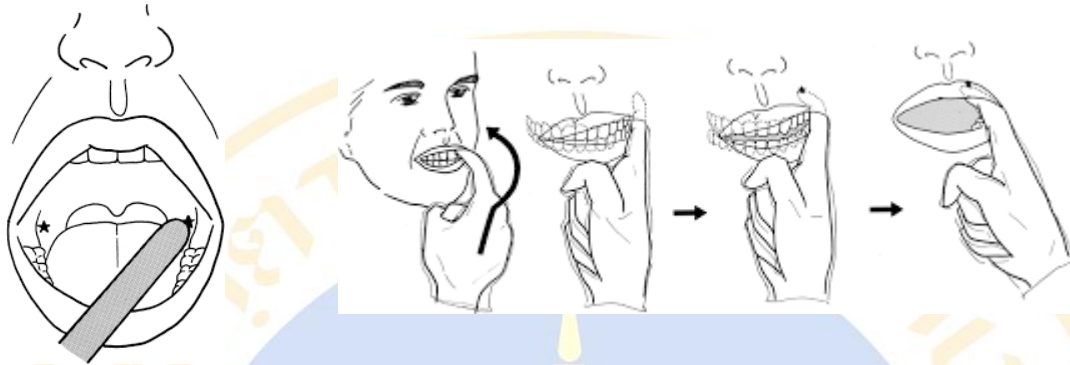


ตัวอย่างการบำบัดฟื้นฟูด้านการกลืน (Dysphagia Treatment) แบ่งเป็น 2 ประเภทได้แก่

• การบำบัดฟื้นฟูด้านการกลืนโดยอ้อม (Indirect Therapy)

1) การกระตุ้นและแก้ไขความผิดปกติของการรับรู้สื่อบริเวณใบหน้าและช่องปาก (Sensory stimulation and Sensory desensitization/Inhibition)

1.1) K-point stimulation



ใช้นิ้วหรือ K-spoon กดเบาๆ ตรงตำแหน่งด้านข้างของ palatoglossal arch และ ตรงกลางของ pterygomandibular fold แล้วผู้ป่วยจะขยับขากรรไกรเหมือนกับเคี้ยวอาหารและกลืน

1.2) Thermal-Tactile Stimulation ในผู้ป่วยที่มี delayed or absent swallow reflex



- จุ่ม swab ลงในน้ำแข็ง
- ปัด swab ขึ้นลงบริเวณ anterior faucial arch ซ้ำละ 5 ครั้งจนน้ำหนักปานกลาง
- วางนิ้วหัวแม่มือและนิ้วกลางที่กล่องเสียงหรือลูกกระเดือกแล้วให้ผู้ป่วยกลืน กล่องเสียงหรือลูกกระเดือกจะถูกยกขึ้นโดยทั่วไปการกลืนจะใช้เวลา 2 วินาที

1.3) Oral Sensory stimulation

เทคนิคนี้ใช้ในผู้ป่วยภาวะ coma และ semi-coma และผู้ป่วยที่มีการรับรู้สื่อบริเวณช่องปากลดลง กระตุ้นสมองส่วน Brainstem กระตุ้นให้มีการหลั่งน้ำลาย เพื่อให้มีการหล่อลื่นและย่อยสลายอาหารได้อย่างมีประสิทธิภาพและส่งเสริมการรับสัมผัส เพื่อลดอัตราเสี่ยงต่อการสำลักและการอุดตันของทางเดินอาหาร

อุปกรณ์ที่ใช้: ไม้พันสำลีชุบน้ำมะนาว (Lemon glycerin swab)

ขั้นตอน: ใช้ไม้พันสำลีชุบน้ำมะนาว กระตุ้นบริเวณเหงือกด้านนอก ด้านใน บนและล่าง ในทิศทางวนรอบซ้าย-ขวา 3 ครั้ง จากนั้นนำไม้พันสำลีออกจากปากผู้ป่วย และให้ผู้ป่วยกลืนน้ำลายภายใน 5 วินาที โดยควรกระตุ้นก่อนรับประทานอาหารประมาณ 15-20 นาที โดยให้ทำ 2-3 ครั้งต่อวัน การออกแรงกระตุ้นควรให้แรงในลักษณะเบาแต่สม่ำเสมอ

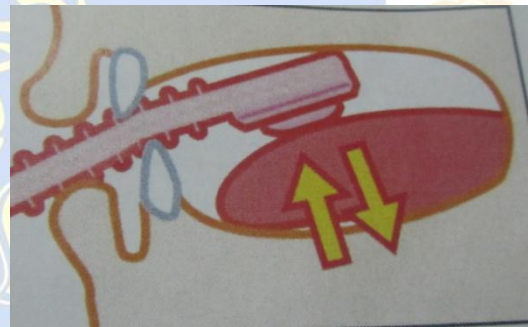
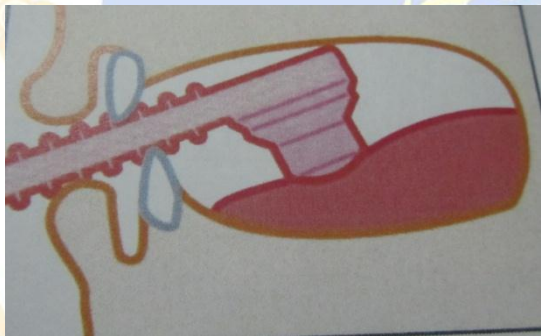
ข้อควรระวัง

- ไม่ควรกระตุ้นให้ลิ้นถึงด้านหลังของลิ้นมากเกินไป เพราะจะไปกระตุ้น Gag reflex ซึ่งจะทำให้ผู้ป่วยรู้สึกอยากอาเจียน
- เทคนิคนี้ไม่เหมาะสมสำหรับผู้ป่วยที่มีแผลในช่องปากและผู้ป่วยที่มี Bite reflex
- ไม้พันสำลิต้องพันให้แน่นเพื่อป้องกันการหลุดเข้าไปในช่องปาก

2) Swallowing Exercises for Dysphagia Therapy

2.1) การบริหารลิ้น (Tongue Exercise)

- Tongue tip lift Exercise โดยให้ผู้ป่วยอ้าปาก แล้วยกปลายลิ้นแตะเหงือกด้านบน อาจใช้ไม้กดลิ้นหรือ swab แล้วให้ผู้ป่วยยกลิ้นแตะค้างไว้ไม่ให้สำลีสล่นลงมา
- Peco-Panda ซึ่งเป็นอุปกรณ์ออกกำลังกายลิ้นโดยนำ Peco-Panda วางในปากให้ด้านที่มีปุ่มนูนวางบนลิ้นแล้วใช้ลิ้นดันอุปกรณ์ขึ้นให้ติดกับเพดานปากค้างไว้แล้วปล่อย ดังภาพ



- JMS เป็นอุปกรณ์ที่ใช้วัดกำลังกล้ามเนื้อลิ้นและวัดความแข็งแรงของลิ้น ซึ่งมีค่าวัดเป็น kPa โดยนำกระเปาะวางบนลิ้นแล้วใช้ลิ้นดันอุปกรณ์ให้ติดเพดานปากค้างไว้แล้วปล่อย

