

Avant-propos	7
--------------------	---

Connaître

La déglutition.....	9
---------------------	---

La fausse route	12
-----------------------	----

Comprendre

Les troubles de la déglutition en gériatrie	13
---	----

Pourquoi ?	13
------------------	----

Quels sont les signes ?.....	14
------------------------------	----

Quels examens ?.....	15
----------------------	----

Quels aliments sont les plus à risque ?.....	15
--	----

Quel traitement ?.....	18
------------------------	----

L'alimentation artificielle (alimentation entérale).....	18
--	----

Préserver / Appliquer

Boire, manger, prendre un médicament	19
---	-----------

Dans quelles conditions ?.....	19
--------------------------------	----

Faut-il toujours mettre les prothèses dentaires ?	20
---	----

Comment installer la personne ?.....	21
--------------------------------------	----

Quelles postures de tête sont conseillées ?.....	25
--	----

Comment se placer pour aider ou accompagner ?	27
---	----

Quel rythme adopter ?.....	29
----------------------------	----

Quels ustensiles choisir ?.....	31
---------------------------------	----

Comment aider ?	36
Quels aliments et boissons choisir ?	38
Et les médicaments ?	40
Que faire en cas d'étouffement alimentaire ?.....	41
Juste après le repas, la boisson ou la prise de médicaments	42
La toilette bucco-dentaire	43
Positionnement pour la toilette orale	43
Comment nettoyer ?	44

Qualité de vie

Savoir adapter les boissons	46
Savoir adapter la texture des repas	47
Exemples de menus « Régime déglutition »	49
Exemples de menus « Texture moulinée sans liquide »	50
Quelques recettes pratiques	51
Potage enrichi (420 kcal - 17 g de protéines)	51
Purée de légumes enrichie (330 kcal - 18 g de protéines)	51
Œuf au lait (300 kcal - 15 g de protéines)	52
Eau gélifiée maison	52
Enrichissement maison	53
Les compléments nutritionnels oraux	54
Le fractionnement	55
Le plaisir !	55

Annexes

Brève bibliographie	57
Adresses utiles	59
Fiche de conseils préventifs	61