

## Consigli utili per il paziente

# DISFAGIA CONSEGUENTE ALLA RADIOTERAPIA

*Il trattamento radioterapico può causare difficoltà di deglutizione di alimenti solidi e/o liquidi: la disfagia. La presenza di disfagia può portare a malnutrizione, disidratazione e problemi di tipo respiratorio. Semplici accorgimenti possono ridurre la possibilità di queste complicanze.*

*Il personale di radioterapia è ben lieto di rispondere ad ogni possibile dubbio e offrire tutto il supporto possibile.*

### ALIMENTI CONSIGLIATI

**Liquidi:** acqua, latte, orzo, tè, tisane ed infusi ben filtrati, succhi di frutta, yogurt da bere. Da consumare eventualmente addensati.

**Semiliquidi:** gelati, frappè, yogurt vellutato bianco o alla frutta (senza pezzi di frutta, cereali, etc.), passati di verdura omogenei.

**Semisolidi:** polenta morbida, creme di cereali dense (riso, mais, tapioca...), creme di legumi, omogeneizzati di carne o pesce, formaggi cremosi (ricotta, crescenza...), purè di patate o di verdure, budini, creme, mousse, flan.

**Solidi morbidi:** pasta di piccolo formato condita con olio o burro o sughi semplici di passata di pomodoro e formaggio grattugiato, carne tenera frullata, pesce morbido attentamente privato delle lisce e della pelle, prosciutto cotto tritato, uova (evitare l'uovo sodo), verdure frullate.

### ALIMENTI SCONSIGLIATI

**Alimenti a doppia consistenza:** pastina o riso in brodo, minestrone con verdure a pezzi, frutta o verdura molto succosa e ricca di semi (es: uva, fragole, kiwi, anguria, melone, agrumi, pomodori), macedonie e frutta sciroppata.

**Alimenti filanti:** verdure e frutta filamentose (spinaci, cicoria, finocchi, sedano, ananas etc...), verdure e carni crude, formaggi filanti e appiccicosi (mozzarella, scamorza, fontina, taleggio...)

**Alimenti di difficile deglutizione:** pasta lunga, riso, pizza, crackers, fette biscottate, grissini, legumi interi, frutta secca, spezie, peperoncino, dolci secchi, caramelle, gomme, confetti.

### PREPARAZIONE ED ASSUNZIONE DEGLI ALIMENTI E DEI FARMACI

Procurarsi un trita compresse (non tutti i farmaci possono essere tritati poiché può essere condizionata l'efficacia, pertanto si consiglia di consultare il medico), addensante per alimenti, acqua gelificata.

#### **Durante i pasti:**

Deglutire con attenzione

Stare seduti con la schiena dritta

Ingerire piccole quantità di cibo e frazionare l'alimentazione in più pasti. Se necessario fare un paio di colpi di tosse tra un boccone e l'altro. Bere, servendosi della cannuccia, solo dopo aver ingoiato il cibo.

### IGIENE DEL CAVO ORALE

Dopo i pasti pulire il cavo orale. Utilizzare dentifricio e spazzolino a setole morbide o una garza, fare sciacqui con acqua e bicarbonato o malva (eventuali colluttori saranno prescritti dal medico). La protesi dentaria va rimossa e pulita.

## CONTATTI

#### **Radioterapia**

**direttore:** Mauro Palazzi

**segreteria:** Tel. 02 64444. 2233/2234; lun.- ven./08:00-15:30

**studio medici:** Tel. 02 6444.4806; lun.- ven./08:00-18:00

**ambulatorio infermieri:** Tel. 02 6444.2963; lun.- ven./08:00-15:30

**coordinatore infermieristico:** Tel. 02 6444.2465; lun.- ven./08:00-15:30

**coordinatore tecnico:** Tel. 02 6444.2634; lun.- ven./08:00-15:30