

## Serial 2 teknik perawatan tinggal rumah jangka panjang

### Bab latihan menelan dan memberi makan

Menikmati lezatnya makanan adalah kebahagiaan manusia yang paling besar, sewaktu keluarga anda dikarenakan sakit untuk sementara menambah zat gizi melalui pipa hidung ke lambung, sebelum dia dapat makan melalui mulut, dia membutuhkan latihan kemampuan menelan dari anda !

#### Kapan boleh melatih dia menelan makanan

Apabila dia mulai memiliki respon rangsangan terhadap bahasa, lalu dapat menelan air yang dicelupkan dari batang kapas dan tidak batuk, maka dia dapat segera dilatih. Namun terhadap pasien yang berkondisi tubuh yang lemah, tidak sadar atau lagi koma, jangan terlalu terburu melakukan latihan menelan. Pasien yang memiliki infeksi saluran pernafasan atas bawah, banyak dahak atau infeksi paru-paru, membutuhkan waktu kondisi membaik, dengan persetujuan dari dokter baru dapat menelan makanan atau latihan.

#### Perlengkapan yang harus anda persiapkan

- Handuk ( ditaruh di atas tubuh)
- Makanan, pada latihan menelan pertama yang diberikan adalah gurih, keju, puding, tahu takwa dan lainnya, setelah berhasil baru dapat memberikan makanan lunak lainnya atau makanan cair.
- Botol penyimpan makanan dan sendok kecil.
- Menjaga ketenangan lingkungan yang nyaman.

#### Urutan proses

- Membantu pasien duduk sampai 60-90 derajat, meletakkan bantal pada kepala, menaruh handuk pada leher, menjaga kenyamanan dan ketenangan lingkungan.
- Melihat sendiri makanan, untuk menambah nafsu makan pasien, membantu kelancaran pencernaan cairan.
- Mengulangi perintah menelan makanan sedikit demi sedikit, menyuruh pasien menelan dua kali.
- **Perintah : Buka mulut anda, rasakan, gunakan lidah anda untuk menarik makanan ke atas masuk, kecilkan rahang untuk menelan, dapat menggunakan tangan untuk membantu pasien.**  
(Pasien yang tidak memiliki masalah menelan tidak perlu dilakukan urutan proses ini)
- Sewaktu memberikan makanan harus secara perlahan, makanan yang tiap kali diberikan ke pasien harus kadar secukupnya, bagi pasien stroke harus memasukkan makanan pada sisi mulut yang sehat.
- Makanan harus dipastikan masuk dalam mulut, memastikan pasien telah mengunyah dan menelan baru boleh memberikan lagi.
- Setelah makan bersihkan tenggorokan dan jaga dalam kondisi basah.

#### Hal yang perlu diperhatikan

- Sewaktu pasien batuk, hentikan memberikan makanan, istirahatkan pasien selama setengah jam baru mulai lagi, apabila tiap kali selalu batuk maka tunda latihan selama beberapa hari baru mulai lagi.
- Setelah memberi makan, dudukkan pasien selama setengah jam, baru baringkan tidur, untuk menghindari makanan berbalik arah.
- Selama waktu latihan, tetap biarkan terdapat pipa hidung ke lambung atau cara lainnya, untuk menambah zat cairan dan gizi yang tidak cukup.
- Berikan makanan lunak selama beberapa hari, baru berikan makanan cair.
- Apabila terdapat makanan tersangkut atau tersedak, segera keluarkan makanan dengan menggunakan mulut, tepuk punggung, peluk pasien dari belakang bawah, lalu sentakkan tubuh ke atas, untuk membantu pasien muntah, gunakan pipa penyedot dahak untuk membantu mengeluarkan makanan. Serial kedua teknik perawatan tinggal rumah jangka panjang.

## Serial 2 teknik perawatan tinggal rumah jangka panjang

### Bab memberi makanan melalui pipa hidung ke lambung

#### Cara memberikan makanan melalui pipa hidung ke lambung

Sewaktu anggota keluarga anda tidak dapat makan melalui mulut, zat gizinya tergantung dari kesabaran anda untuk menyiapkan dan menyuapi makanan, mari kita coba melakukannya !  
Peralatan yang anda perlukan : Makanan, suntikan untuk makanan, handuk, tissue yang perlu disiapkan.

- Apabila makanan dibuat sendiri, maka dapat membuat sekali makanan untuk satu hari, simpan dalam kulkas, tiap kali keluarkan takaran makanan yang perlu diberikan kemudian dihangatkan dan diberikan ke pasien sampai habis ( apabila tidak habis, maka simpan kembali ke kulkas).
- Apabila menggunakan makanan bubuk produk jadi, berikan takaran yang cukup dan berikan ke pasien sampai habis, apabila tidak habis makan segera masukkan ke kulkas untuk didinginkan.
- Hangatkan makanan sampai 38~40°C, namun tidak boleh sampai mendidih.

#### Langkah memberikan makanan

- Cuci tangan.
- Siapkan makanan dan jaga ketenangan dan bau harum lingkungan ( buat pasien benar-benar menikmati hidangan makanan tersebut).
- Bantu dia duduk atau naikan kepala ranjang 30~60 derajat (agar makanan dapat mengalir dengan lancar).  
(Gambar 1)



\*(Gambar 1)