

# Dysphagie aux liquides

## Qu'est-ce que la dysphagie aux liquides?

- La dysphagie aux liquides est un problème pour avaler les liquides de façon sécuritaire.
- Le professionnel de la santé donne des recommandations selon le degré de sévérité de la dysphagie.
- Les recommandations servent à réduire les risques et à rendre l'alimentation plus sécuritaire.

## Qu'est-ce qu'un liquide?




### Les liquides comprennent

- Eau, lait, jus de fruits ou de légumes;
- Café, thé, tisanes;
- Suppléments nutritionnels (ex.: Ensure, Boost, etc.);
- Boissons végétales (à base de soya, d'avoine, d'amandes, etc.);
- Bouillons, soupes;
- Aliments qui fondent à la température de la pièce : crème glacée, sorbets, Jell-O.

## Pourquoi prendre un liquide épaissi?

- La consistance (niveau d'épaississement) du liquide aide à contrôler sa vitesse lorsqu'il passe dans la gorge.
- Une boisson épaissie donne plus de temps pour rassembler le liquide en bouche et avaler la boisson.

## Niveau de consistance requis des liquides

- → → → +				
Consistance IDDSI	Clair			
<b>Description</b>	Fluide coule facilement	Légèrement épais	Modérément épais	Très épais
<b>Méthode de consommation</b>	Verre, cuillère et paille	Verre et cuillère	Verre et cuillère	Cuillère
<b>Exemples</b>	Eau, café, thé, tisane, jus, bouillon, lait et alternatives aux produits laitiers.	Yogourts à boire, soupe crémeuse, crème glacée.	Produits disponibles sur le marché (voir à la suite).	Desserts au lait : poudings, yogourts, etc. Compotes de fruits.

Basé sur les standards IDDSI. Adaptation réalisée par le CISSS de la Montréal-est. Source : IDDSI – [www.iddsi.org](http://www.iddsi.org) Licence : Creative Commons Attribution – Partage dans les mêmes conditions 4.0 (CC BY-SA 4.0) <https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>

Pour visionner les différentes méthodes de test, consultez le [ciyss.me/iddsi](http://ciyss.me/iddsi)

## Produits disponibles sur le marché

### 1. Les épaississants

- Ce sont des poudres ou des gels que l'on mélange au liquide pour obtenir la bonne consistance, sans changer le goût.
- On doit suivre les directives sur l'emballage pour atteindre la consistance recommandée.
- Marques et achat :
  - ThickenUp® Clear (poudre) – en pharmacie
  - SimplyThick® (Ergogrip) (gel) – en ligne sur ergogrip.ca ou 1 888 748-7050.

### 2. Les produits déjà épaissis

- Ces produits, vendus déjà épaissis, sont donc prêts à être consommés.
- Types disponibles : Les prêts à boire (type boisson) et les desserts épaissis (type dessert).
  - **Premier type : Prêts à boire - Boisson**  
Marque : Oasis Hydra+®  
Saveurs : Ex.: cocktail (pêche, canneberge), jus (pomme, orange), eau citronnée, lait.  
Formats : 118 ml (caisse de 24 unités) et 1 litre (caisse de 12 unités)  
Achat : Vendues en pharmacie ou chez Stomo Médical (1 866 986 0786)  
Niveaux IDDSI : Légèrement épais (emballage bleu) et Modérément épais (emballage mauve)
  - **Deuxième type : Desserts épaissis – pouding**  
Marques : BOOST® et Ensure®  
Achat : Vendus en pharmacie

## Conseils importants

- Être assis bien droit (90°) pour boire.
- Prendre les liquides à la cuillère pour mieux contrôler la quantité.
- Une paille peut aider certaines personnes (selon recommandation clinique).
- Boire une petite gorgée à la fois.
- Essayer des verres adaptés conçus pour la dysphagie.
- Boire de l'eau claire entre les repas, après avoir fait l'hygiène buccale (de la bouche). Note : Si cette recommandation vous a été donnée par votre professionnel de la santé.

Si vous avez des questions ou des inquiétudes, veuillez communiquer avec votre professionnel de la santé.