

# CET ENFANT/ADULTE A DES DIFFICULTÉS POUR BOIRE



## TENTATIVES D'EXPLICATION

1. Il ne sait pas fermer la bouche
2. Il ne sait pas aspirer le liquide
3. Il a des difficultés de coordination aspiration/ déglutition/respiration
4. Il a un trouble de sensibilité intra-buccale
5. Il se sait à risque de fausses routes
6. Il n'a pas la sensation de soif

## QUELQUES PISTES D'ACCOMPAGNEMENT

- Pour boire au verre, on pose le verre sur la lèvre inférieure, on l'incline pour amener le liquide au contact de la lèvre supérieure ; ce contact déclenche l'aspiration du liquide, que l'on déglutit en coordonnant aspiration, déglutition, respiration.
- 1, 2 et 3 : Si la personne ne sait pas fermer la bouche et/ou ne sait pas aspirer le liquide et/ou a des difficultés de coordination aspiration/déglutition/respiration, on aide ce qui doit l'être :
  - On aide la fermeture de bouche (cf fiche « il garde la bouche ouverte »).
  - On veille à ce que la personne ait bien la tête fléchie vers l'avant.
  - On présente le gobelet à hauteur de la bouche.
  - On pose le gobelet sur la lèvre inférieure et non entre les dents.
  - On incline le verre pour amener le liquide en contact avec la lèvre supérieure.
  - On ne verse pas le liquide ; on attend l'aspiration.
- Lorsque la personne aspire le liquide, on contrôle la quantité pour éviter la fausse route liée à un déficit de coordination.
  - Si la personne n'aspire pas, on donne à boire à la cuillère, tout en essayant de travailler l'aspiration en d'autres circonstances.
- Lorsque la personne avale, on veille à ce que sa bouche soit fermée, la tête légèrement inclinée vers l'avant.

# Choisissez le récipient qui lui convient

- Choisissez un gobelet échanté pour le nez pour que la personne n'ait pas à fléchir la nuque en arrière (risque de fausse route)
- Un gobelet en plastique transparent permettra de voir le niveau de l'eau et de ne pas verser le liquide dans la bouche.
- Un gobelet en plastique toujours plein évitera à la personne de se pencher en arrière pour amener le liquide en bouche
- Un gobelet en plastique avec deux anses peut faciliter la manipulation (si la personne boit seule)
- Un gobelet en plastique avec un fond large permettra de mieux stabiliser le gobelet sur la table

Veillez à ce que le verre soit bien entre les lèvres et non posé sur les dents.

Si la personne a des difficultés à contrôler la fermeture de ses lèvres, vous pouvez l'y aider (voir fiche la personne garde la bouche ouverte).

Boire à la paille peut permettre une autonomie, être ludique et permet aussi de travailler la fermeture des lèvres.

Pour boire à la paille, aidez la personne à avancer les lèvres.

Choisissez une paille épaisse, courte et coudée, insérée, par exemple, dans un gobelet à couvercle.



## La paille à bille :

Lorsque la personne fait une pause lors de l'aspiration, le liquide reste dans la paille à proximité de la bouche. Pour boire à nouveau, la personne n'a besoin que d'aspirer à nouveau.

Vous pouvez aider la personne à serrer les lèvres autour de la paille lorsqu'elle aspire ou déglutit le liquide.

## Il a un trouble de sensibilité intra-buccale

Pour déglutir, il faut sentir ce que l'on a en bouche. Certaines personnes ne peuvent boire de l'eau plate, trop peu informative.

Différents essais peuvent être faits avec d'autres boissons :

- Les boissons sucrées (eau et sirop ; rappelons qu'il existe des sirops sans sucre)
- Les eaux gazeuses
- Les sodas, sucrés et gazeux, dont certains sans sucre et sans caféine
- Les nectars de fruits, les smoothies, épais et sucrés

On peut aussi jouer sur les températures des liquides. Certaines personnes n'acceptent que les boissons chaudes (soupes, tisanes...)

On joue ainsi sur les goûts, les bulles et les températures.

Si la boisson liquide reste difficile, on peut opter pour des boissons gélifiées (agar agar, feuilles de gélatine, boissons achetées en pharmacie) ou épaissies (attention, la plupart des épaississants sont hypercaloriques et peuvent dénaturer le goût de la boisson). On peut épaissir légèrement pour maintenir la boisson au verre ou viser un liquide épais qui sera donné à la cuillère.

## Il se sait à risque de fausses routes

La personne peut avoir peur de boire si elle garde en mémoire une fausse route aux liquides ou a vécu un reflux nasal, qui peut être très douloureux.

Rassurez-la ; proposez-lui de boire quelque chose qu'elle apprécie tout particulièrement, en situation duelle, dans un environnement calme.

## Il n'a pas la sensation de soif

Privilégiez les laitages, les potages, les aliments riches en eau...

N'oublions pas que toute personne doit boire 1,5 litre par jour. La déshydratation est lourde de conséquences et un apport hydrique insuffisant entraîne des problèmes de digestion et de transit. Ces risques sont d'autant plus grands si la personne bave, transpire facilement...

On sait aussi que lorsqu'une personne a des difficultés pour boire, pour fermer la bouche, l'essentiel du liquide peut tomber dans la serviette de table. Une astuce : pesez la serviette avant et après l'hydratation. Vous pourriez avoir des surprises !

**Demandez conseil à l'orthophoniste  
et au diététicien. Si vous craignez une  
déshydratation, parlez-en au médecin.**