



BULLETIN SA KAGALINGAN ANG ASPIRATION

Kagawaran ng California para sa mga Serbisyo sa Pag-unlad

AGOSTO 2024



Kapaki-pakinabang ba ang
bulletin na ito?

Mag-click Dito

Nangyayari ang aspiration kapag ang maliit na bagay tulad ng pagkain, likido, o mga likido ng katawan ay pumasok sa baga. Ang aspiration ay maaaring isang malaking medikal na alalahanin dahil maaari itong humantong sa malulubhang problema sa kalusugan tulad ng pulmonya o iba pang mga impeksyon. Alamin kung paano mauunawaan at mapapamahalaan ang aspiration sa mga taong sinusupportahan mo.

MGA ESTADISTIKA

Pangkaraniwan ang aspiration, kahit sa mga taong malusog. Bagama't maaaring makaranas ng aspiration ang anumang grupo ng edad, nasa pinakamataas na panganib na makaranas nito ang mas bata at mas matatandang indibidwal.

NAGKARON NG **73** INIULAT NA HINDI PLANADONG PAGKAKAOSPITAL DAHIL SA ASPIRATION NA MAY KAUGNAYAN SA PULMONYA MULA NOONG SETYEMBRE 2022 – SETYEMBRE 2023 (MGA ULAT NG DDS SA MGA ESPESYAL NA INSIDENTE).



Ang mga nag-aspirate na dati ay mas malamang na magkaroon ng insidente ng paulit-ulit na impeksyon sa baga.

Ang mga taong may kapansanan sa pag-iisip at pag-unlad (intellectual and developmental disabilities, I/DD) na nag-a-aspirate ay mas malamang na magkaroon ng matagalang sakit sa baga.

Ang mga taong nakaasa sa iba para sa pagkain sa pamamagitan ng bibig ay nasa pinakamataas na panganib na magkaroon ng matagalang sakit sa baga.

PINAGKUNAN: [ASPIRATION RISK - STATPEARLS - NCBI BOOKSHELF \(NIH.GOV\)](#); DDS OFFICE OF STATEWIDE CLINICAL SERVICES.



Ang mga Bulletin sa Kagalingan at Kaligtasan ay ginagawa ng Kagawaran para sa mga Serbisyo sa Pag-unlad (Department of Developmental Services) upang alertuhan ang mga direktang tagapagkaloob ng serbisyo, kawani ng regional center, iba pa tungkol sa mga espesipikong panganib sa ating komunidad. Mangyaring magbigay ng feedback sa bulletin na ito at kung ano ang magagawa namin nang mas mabuti sa pamamagitan ng survey na ito: [Bulletin Survey](#)

Mga Salik na Nagpapataas ng Panganib ng Isang Tao na Mag-aspirate

Dysphagia o kahirapang lumunok

Kahirapang kontrolin ang ulo, leeg, dila, o mga kalamnan sa lalamunan

Mga limitasyon sa pagkilos na nagpipigil sa isang tao na makaupo nang tuwid

Gastroesophageal reflux disease (GERD)

Pagkain nang sobrang bilis o pagsubo ng masyadong maraming pagkain sa bibig

Mga problema sa ngipin o bibig na nagpipigil sa sapat na pagnguya

Mga pagkakaiba-iba ng estruktura ng katawan gaya ng maliit na daluyan ng hangin o malaking dila



Mga Sintomas ng Aspiration

Hindi laging halata ang aspiration. Maaaring tila hindi nag-a-aspirate ang isang tao. Maaaring magreklamo ang isang tao na nakakaramdam siya ng pangangapos ng hininga o pagkakaroon ng isang bagay na nakabara sa kanyang lalamunan. Ang mga taong hindi makapag-ulat nang mag-isa ay umaasa sa kanilang support team para matukoy ang mga sintomas ng aspiration.

Kabilang sa mga sintomas ang:

Dehydration

Pagbaba ng timbang

Lagnat (na maaaring lumabas 30 minuto hanggang isang oras pagkatapos kumain)

Alinman sa mga sumusunod habang umiinom o habang o pagkatapos kumain:

Naduruwal o nabubulunan

Patuloy na pag-ubo

Pakiramdam na paninikip

Pagbabago ng boses, gaya ng pamamaos, pag-gurgle, o pagtunog na basa

Pangangapos ng hininga o pagkapagod

Sobrang laway (maaaring lumitaw gaya ng paglalaway habang kumakain) Mga humuhuning tunog galing sa lalamunan

Pananakit kapag lumulunok o pakiramdam na may nakabara sa lalamunan

Kahirapang lumunok (maaaring lumitaw na hindi pangkaraniwang paggalaw ng ulo o leeg)



Ano ang Gagawin Kung Naghihinala Kang Nag-a-aspirate ang Isang Tao

Maraming tao na may I/DD ay nahihirapan na tukuyin o iulat ang mga sintomas. Ang mga sintomas ng aspiration ay maaaring hindi nakikita hanggang pagkatapos mangyari ito at maaari itong magmukhang walang kaugnayan. **Madalas na hindi natutukoy ang aspiration.**

Kapag nabubulunan ang isang tao, hikayatin silang idura ang anumang pagkain o likido na natitira sa kanyang bibig. Kung may isang tao na umuubo, hikayatin siyang patuloy na umubo dahil maaari nitong maalís ang bara mula sa kanyang daluyan ng hangin.

Iwasang magbigay ng higit pang pagkain o inumin hanggang sa bumalik siya sa kanyang baseline.

Subaybayan ang sinumang nabubulunan para sa mga posibleng senyales ng aspiration.

Ang mga taong may mataas na panganib, mga indibidwal na maraming beses na nabubulunan, mga taong nakakaranas ng hamon sa pagkain o paglunok, o sinumang nagpapakita ng mga senyales ng aspiration, ay dapat tingnan ng isang medikal na propesyonal.

Mga Paraan para Maiwasan ang Aspiration

Talakayin ang mga pagsasaalang-alang na ito sa indibidwal at kanyang doktor o espesyalista:

Ang ilang gamot ay maaaring makasira sa kakayahan ng isang tao na lumunok (mga gamot tulad ng mga pampakalma, opioid, at pamparelaks ng kalamnan).

Asikasuhin ang anumang mga problema sa ngipin o bibig para matiyak na sapat na nangunguya ng tao ang kanyang pagkain.

Ang kagamitang pang-angkop ay makakatulong sa mga indibidwal na kumain nang mas komportable at mapababa ang panganib na mag-aspirate.

Magbasa pa tungkol sa mga pantulong na kagamitan para sa oras ng pagkain

Pag-isipang kumain ng modified diet:

Malambot o nai-puree na pagkain ay maaaring makatulong

Ang mga pampalapot ng pagkain at inumin ay makakatulong na mabawasan ang panganib na mag-aspirate

Tiyakin na tama ang posisyon ng indibidwal kapag nakaupo, lalo na kapag kumakain o umiinom.

Magbigay ng mga paalala at/o hudyat para bagalan o liitan ang subo kung kinakailangan.

Pinagkunan: [HIGN](#); [Cedars Sinai](#); [Mayo Clinic](#); [DDS](#).



Mga Karagdagang Sanggunian

- [Checklist: Aspiration/Aspiration Pneumonia Risk Factors](#)
- [My Dining Profile \(ca.gov\)](#)
- [Personal Placemat Activity \(ca.gov\)](#)
- [Care After Choking Incidents](#)
- [Cutting Board: Food and Liquid Consistencies \(ca.gov\)](#)