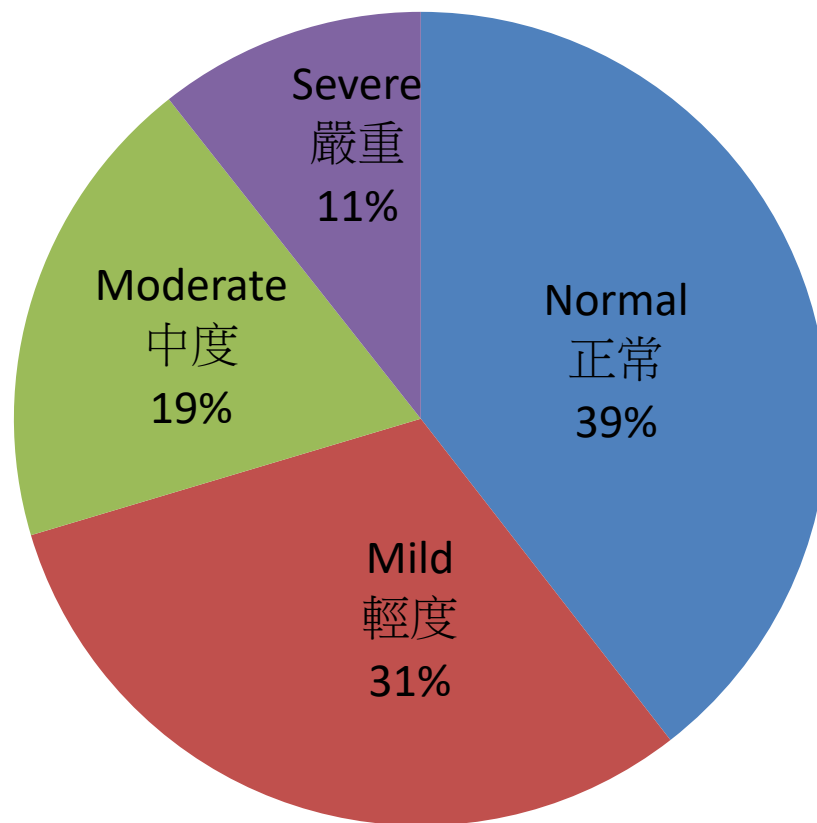


多方協作： 吞嚥與長者健康

香港大學 吞嚥研究所
陳文琪博士



No. of elderly = 4328; Public Policy Funded project 2012



吞嚥問題調查結果
(院舍)

以七萬六千八百個安老院舍宿位推算，
全港約有四萬六千八百名長者院友有
不同程度的吞嚥障礙

有吞嚥障礙長者的生活質素比沒有吞
嚥障礙的長者為差

言語治療師



合作伙伴

- 香港盲人輔導會
- 嚮色園



認識吞嚥安全



香港盲人輔導會

- ◆ 吞嚥安全工作坊
 - ◆ 培訓有助增加員工知識和技巧

- ◆ 長者吞嚥評估
 - ◆ 認知不足

跨專業研究

Swallowing Research Laboratory



香港大學

THE UNIVERSITY OF HONG KONG

全身垂直震動訓練

- 一星期三次，八星期訓練
- 有助改善坐姿的穩定性



生物反饋提示

- 🟢 年青健康人士
- 🟢 逐步減少提示有助學習吞嚥練習



改善餐膳





高色園

SIK SIK YUEN 高色園社會服務



香港大學教育學院
吞嚥研究所

世界
吞嚥日
飲食無障礙



薯薯皮蒸蛋撻

材料 (四人份) :

- 黃心蕃薯 - 1個
- 蛋 - 1個
- 幼砂糖 - 2茶匙
- 蕃薯粉 - 少量
- 蛋撻模 - 4個



步驟:

1. 將蕃薯開邊，蒸熟
2. 將煮熟的蕃薯去皮
3. 將蕃薯壓成蓉，並加入少量蕃薯粉，令其搓起來不黏手
4. 將蕃薯皮壓平，分成四等份
5. 將少量的油塗到蛋撻模上，防止痴底
6. 將蕃薯皮壓落蛋撻模，直至均勻
7. 將蛋打勻，然後加入 2茶匙幼砂糖及約50ml的水攪拌
8. 將蛋液倒進蕃薯皮中
9. 隔水蒸10分鐘

本食譜由香港大學言語及聽覺科學部四年級生
黎紫薇、李軍彥、曾慶翹、李穎欣 及李玟萱製作



食多啲 講多啲

● 香港大學知識交流資助

● 吞嚥練習



食多啲 講多啲



香港大學吞嚥研究所

電話：3917 1568
swallow.hku.edu.hk

Swallowing Research Laboratory



香港大學

THE UNIVERSITY OF HONG KONG