

# La maladie de Huntington et la déglutition



Société Huntington du Québec  
**HUNTINGTON**  
Huntington Society of Quebec

Manger est un besoin essentiel important et celui qui nous occupe le plus clair de notre temps, il est donc important que cette activité soit sécuritaire.

Les personnes atteintes de la maladie de Huntington (MH) sont à risque de fausses routes, d'aspiration, d'étouffement voire de suffocation. Pour vous aider, consulter le document [l'étouffement alimentaire](https://www.huntington-inforum.fr/images/DocumentsPDF/etouffement_alimentaire.pdf) édité par le Centre de réadaptation Lucie-Bruneau (Arsenault, Nicole, Jacques M.-J., Loisel L. L'étouffement alimentaire. Service des communications du CRLB. 2003) que vous trouverez au [https://www.huntington-inforum.fr/images/DocumentsPDF/etouffement\\_alimentaire.pdf](https://www.huntington-inforum.fr/images/DocumentsPDF/etouffement_alimentaire.pdf).

La déglutition soit l'action d'avaler est une activité très complexe. Cela nécessite de coordonner l'ouverture, la fermeture de la bouche et des lèvres ainsi que le fait de mâcher en même temps que l'on inspire et expire. La nourriture doit être mélangée à la salive et propulsée en arrière de la langue puis envoyée vers l'œsophage grâce au réflexe de déglutition.

Un des principaux symptômes de la MH est la difficulté au niveau de la coordination des mouvements. Celle-ci est nécessaire à la déglutition. Cela englobe la mastication, la capacité de mordre, de bouger la langue et d'avaler. Plus la maladie évoluera plus les difficultés au niveau de la déglutition augmenteront. Il est important de ne pas mettre trop de nourriture dans sa bouche, de bien respirer, d'avaler les liquides d'un seul coup et que les troubles de coordination des mouvements nécessaires à mordre, mastiquer, bouger la langue et avaler augmentent le risque que la nourriture soit aspirée. Prévenir ces problèmes au stade avancé de la MH est un défi permanent pour les aidants, le personnel soignant, les proches.

À noter qu'un suivi avec une orthophoniste peut ralentir l'arrivée des problèmes de déglutition. De plus, un suivi avec une nutritionniste peut aider à élaborer un menu adapté à la personne atteinte. Certaines personnes atteintes peuvent avoir une diète riche en calories pouvant aller jusqu'à 5000 par jour selon leurs besoins.

Plusieurs trucs peuvent aussi être adaptés pour aider au repas. Par exemple, il est important que la personne atteinte soit bien assise lors du repas et dans un endroit calme à l'abri de stimuli sans pour autant être isolée. Pour plus de trucs et astuces, référez-vous à notre livre de recette que vous trouverez dans notre centre de documentation. Pour les breuvages, il est recommandé d'utiliser une paille, par la suite, un verre à bec ou à débit réduit afin d'éviter les étouffements. Une aide professionnelle pourra vous accompagner dans l'épaississement des liquides et l'ajustement de la composition de la nourriture.

N'oubliez pas qu'une bonne hygiène dentaire peut aussi retarder les troubles de dysphagie.