

연하 장애 셀프 테스트

아래에 삼킴 동작과 관련된 몇 가지 질문이 있습니다. 각 질문을 잘 읽고 각 질문 다음에 있는 “예”나 “아니오”에 동그라미 하세요. 모든 질문에 다 답하였으면, 아래 점수계산 안내를 따라 주십시오.

1. 음식이 *가끔* 다른 관으로 내려갈 때가 있습니까?..... 예 아니오
2. 식사를 할 때 목소리가 *가끔* “결결”대거나 젖어 있습니까? 예 아니오
3. 음식 섭취가 *가끔* 예전과 달리 즐겁지 않습니까? 예 아니오
4. *가끔* 입 안에 있는 음식을 한 번에 삼키는데 문제가 있습니까? 예 아니오
5. *가끔* 음식이 목에 걸려있다는 느낌이 들 때가 있습니까? 예 아니오
6. 폐렴이나 다른 호흡기 질환이 *재발한 적이* 있습니까? 예 아니오
7. 노력하지 않았는데도 몸무게가 *준 적이* 있습니까? 예 아니오
8. 약을 삼키는데 *자주* 문제가 있습니까? 예 아니오
9. 단단한 음식을 먹거나 액체를 삼킬 때 *자주* 목이 막힙니까? 예 아니오
10. 특정 음식이나 액체를 삼키는데 *자주* 문제가 있습니까? 예 아니오

“예” 답변 수를 셉니다 _____

질문 1, 2, 3에 “예”라고 답했으면 2점을 더합니다 _____

질문 3, 4, 5에 “예”라고 답했으면 2점을 더합니다 _____

연령이 70에서 74세이면, 2점을 더합니다. _____

연령이 75에서 79세이면, 3점을 더합니다. _____

연령이 80에서 85세이면, 4점을 더합니다. _____

총 점수 _____ *

오늘 날짜 _____

*총 점수가 7점 이상이면 의사와 상담해야 합니다. 이 셀프 테스트를 주치의에게 가져가십시오.

본 셀프 테스트는 길잡이일 뿐이며 연하 장애 진단이 아닙니다. 총 점수가 0이어도 연하 장애가 있을 수 있습니다. 마찬가지로 총 점수가 7점 이상이라도 연하 장애가 *아닐* 수 있습니다. 하지만 점수가 높으면 높을수록 여하한 형태의 연하 장애가 있을 가능성이 큼니다.