

# SOMMAIRE

1

**Que se passe-t-il dans votre bouche  
et dans votre gorge quand vous avalez ?**

**p 4-5**

2

**Tout ce qui concerne vos repas**

**p 6-31**

- Les principales postures de sécurité ..... p 6-7
- Les manœuvres de déglutition et la toux ..... p 10-12
- Les manœuvres de vidange ..... p 12-14
- Les fausses routes ..... p 14-19
- Que faire lors d'une fausse route ?
- Que faire lors d'une fausse route importante ?
- La mise en bouche ..... p 19-20
- La texture de vos aliments ..... p 20-21
- Comment modifier la texture de vos aliments ? ..... p 25-26
- Les compléments alimentaires ..... p 26-27
- Votre installation au moment du repas ..... p 27-28
- Quelques conseils pour le bon déroulement du repas ..... p 28-31

3

**Votre prise en charge par l'équipe médicale**

**p 32-35**

4

**Les traitements complémentaires :  
radio et chimiothérapie**

**p 36-42**

**5****Vivre au quotidien****p 43-62**

- La canule ..... p 43-46
- Les incidents possibles avec votre canule ..... p 46-50
- La communication ..... p 50-57
- Les sorties ..... p 57-58
- Et le moral dans tout ça ? ..... p 58-59
- La reprise éventuelle du travail ..... p 59-60
- Votre couverture sociale ..... p 61-62

**6****Témoignages :****"Nous aussi, nous sommes passés par là"****p 63****7****Les associations****p 64****8****Quelques recettes sympas****p 65-74****9****Petit dictionnaire de termes médicaux****p 75-77****10****Notes personnelles****p 78-80**