

Le goût et les soins palliatifs

Julien Buonora
Diététicien



Plan de la présentation

- *Le sens du goût*
- *La naissance du goût*
- *Les perceptions du goût*
- *L'analyse du message gustatif*
- *“Je n’ai plus goût à rien ”*
- *“Redonner le goût au goût”*
- *Le plaisir au service du goût au “Patio”*

Le sens du goût

- Le goût est un terme aux ***multiples significations***.

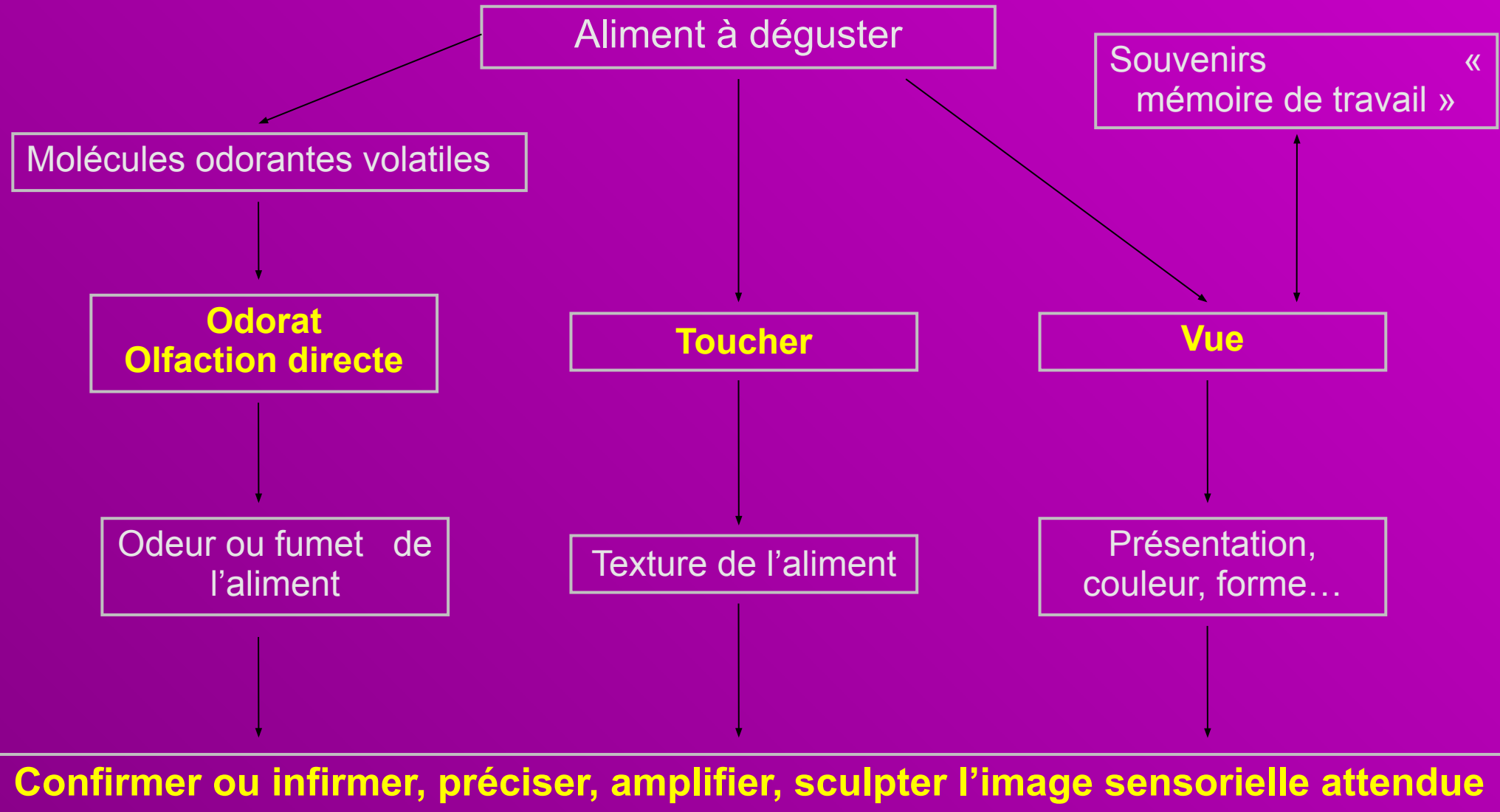
On distingue :

- Le « ***goût de l'aliment*** » qui correspond à la perception complexe de ses ***multiples qualités sensorielles*** : arôme, odeur, saveur, texture, température, aspect visuel, stimulation auditive ou trigéminale.
- Le « ***goût pour l'aliment*** » qui est la ***disposition à l'accepter ou à le rejeter***. Quelques dispositions sont présentes à la naissance et sont probablement mises en place dès la fin de la vie foetale.

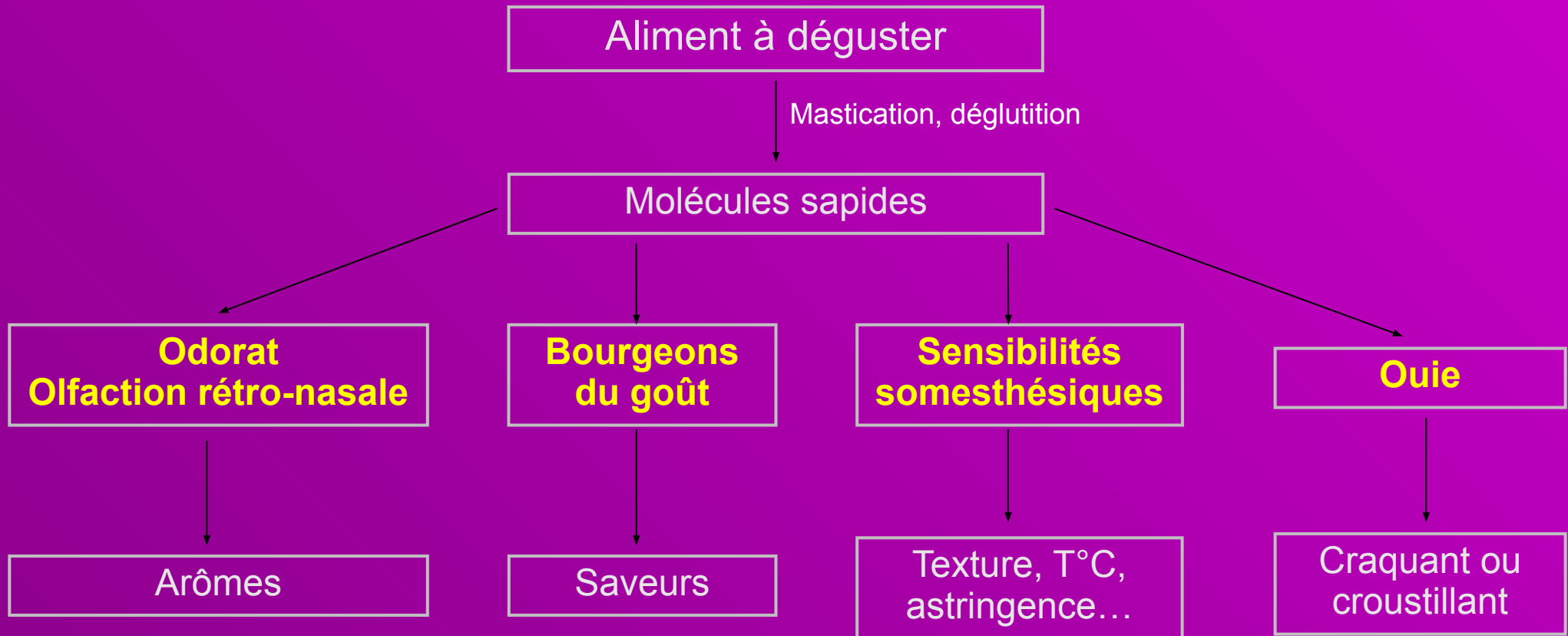
La naissance du goût

- ***La mise en bouche*** : goûter un aliment c'est le reconnaître par tous les sens : vue, toucher, fonction olfactive, ouïe. On parle de ***représentation multi-sensorielle de « l'objet dégusté »***.
- ***L'élaboration du goût*** passe par la perception des arômes, odeurs, saveurs et sensibilités somesthésiques.

Avant la mise en bouche...



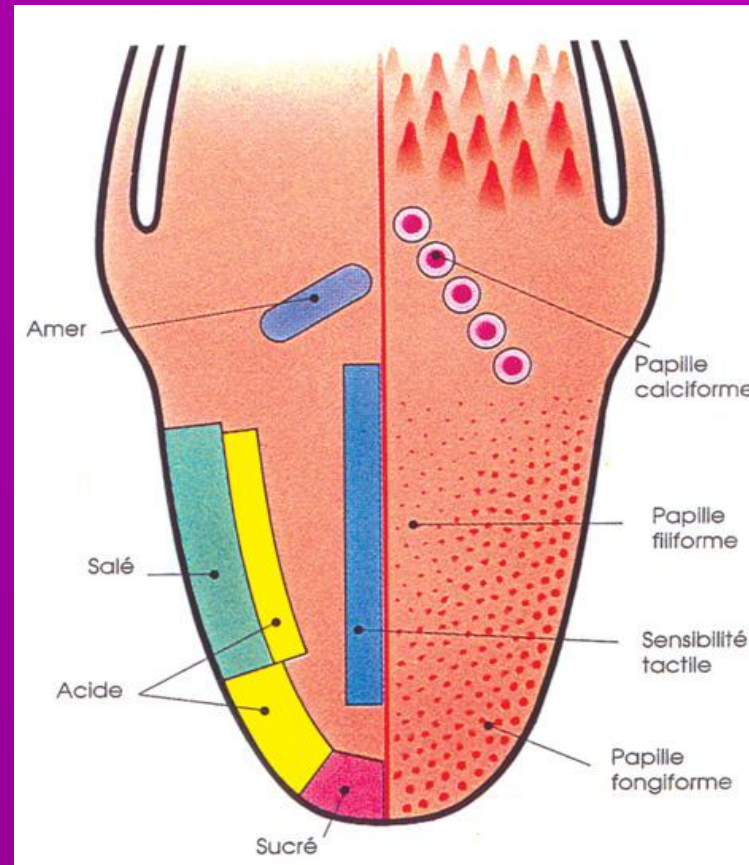
Après la mise en bouche...



L'odorat par la voie directe et la voie rétro-nasale est responsable de 90% de notre sensation gustative.

Les perceptions du goût

- La perception des saveurs : on considère que le système gustatif concerne **4 saveurs fondamentales** (**amer, acide, sucré, salé**) auxquelles on ajoute aujourd'hui **le glutamate**.



- Classification beaucoup **trop simpliste** selon les travaux de nombreux neurobiologistes.

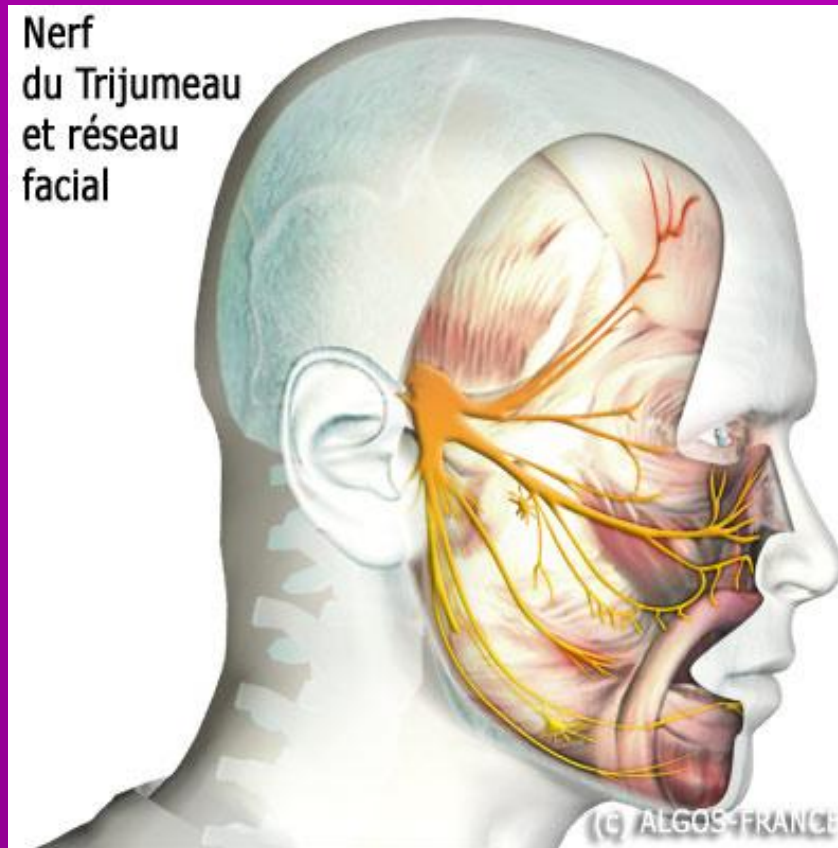
Les perceptions du goût

- **La perception des odeurs et arômes** : elle emprunte soit la **voie nasale** pour les odeurs, soit la **voie rétro-nasale** pour les arômes qui se dégagent des aliments lors de la mastication.

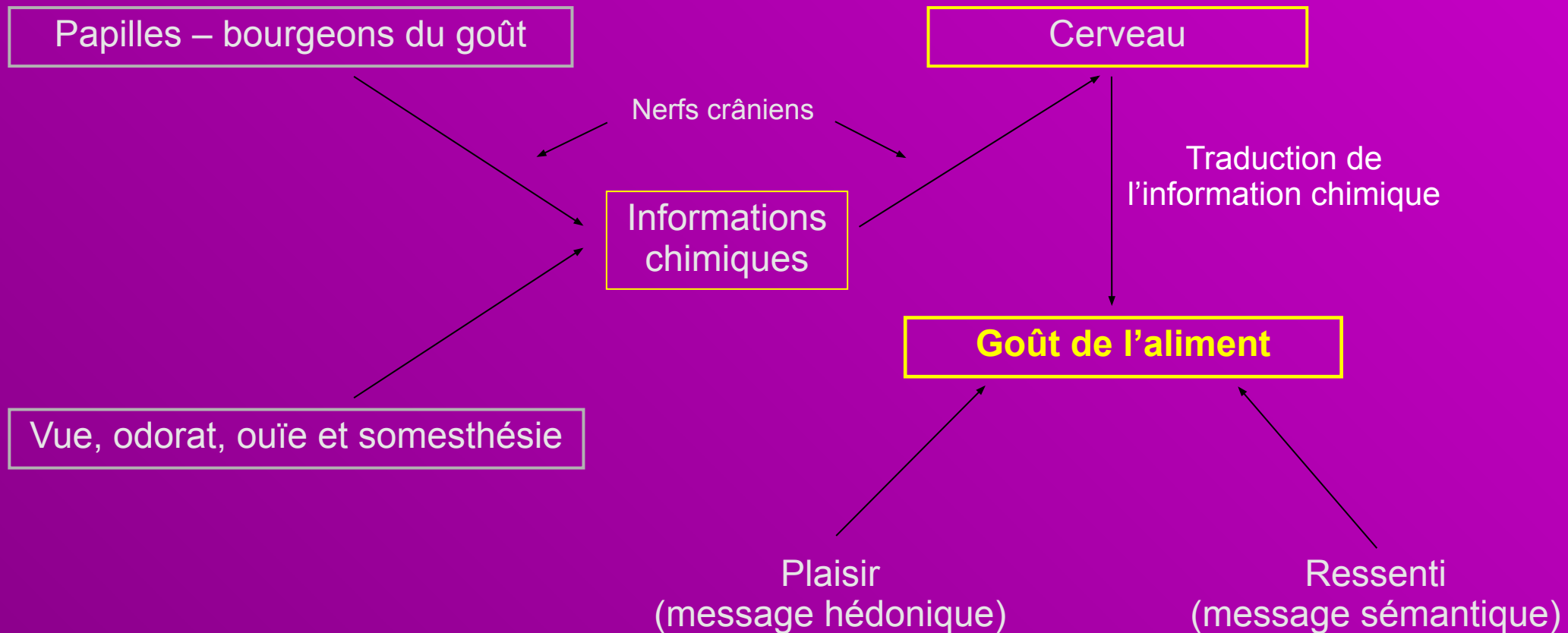


Les perceptions du goût

- **La perception somesthésique** : due à la **présence du nerf trijumeau** qui innerve la peau du visage, la langue et les dents. Ces sensibilités permettent, entre autres, d'apprécier **le piquant** et la sensation si particulière du **pétillant**.

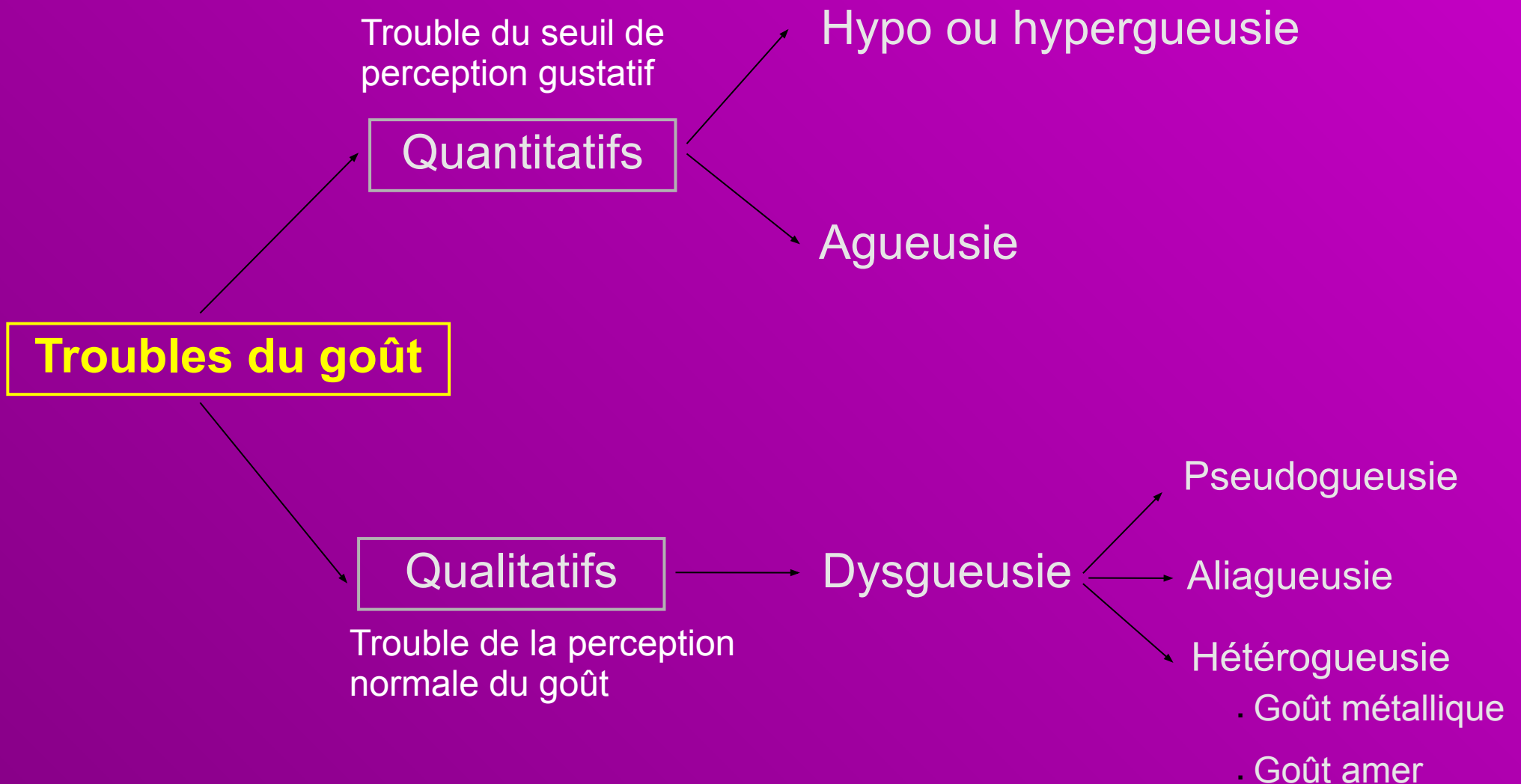


L'analyse du message gustatif

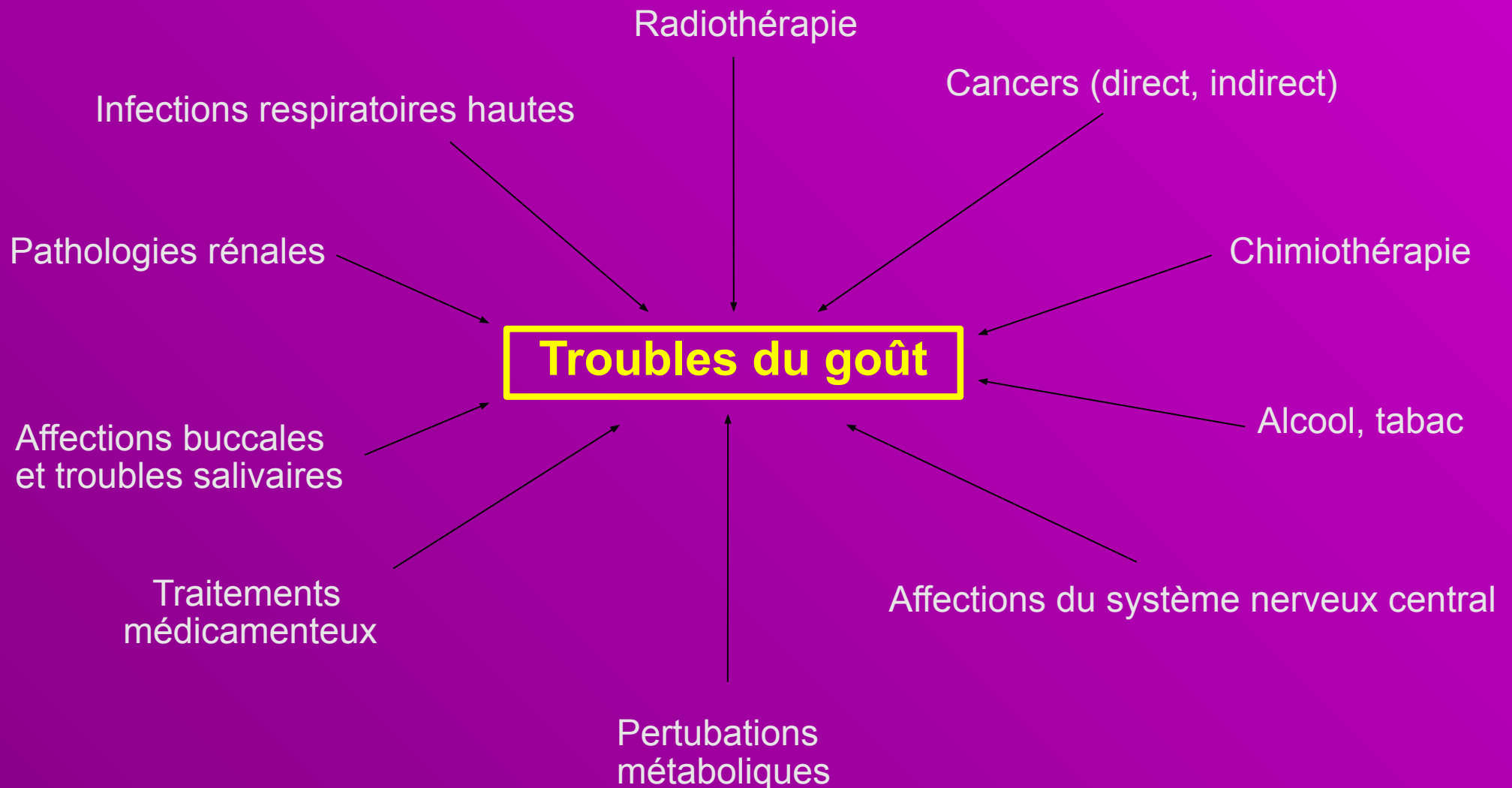


« Je n'ai plus goût à rien... »

Les différentes atteintes du goût



Les principales causes



«Redonner le goût au goût... »

Quelques pré-requis indispensables en soins palliatifs

- Définir un ***projet nutritionnel*** (fruit d'une réflexion multidisciplinaire où le patient reste maître) en prenant en compte les ***symptômes gênants*** : altération des facultés sensorielles, douleur, dyspnée, troubles digestifs, affections buccales, inappétence, dysphagie dépression...
- ***Adapter la liste des traitements*** pour ne retenir que ceux qui sont indispensables.
- Privilégier le plus longtemps possible ***une alimentation et une hydratation par voie orale.***

Recommandations générales

- **Connaître les goûts et les préférences de la personne** grâce au travail de recueil réalisé avec le malade lui-même, sa famille, son entourage, l'équipe soignante...
- Proposez un **petit déjeuner copieux** souvent le repas le plus apprécié de la journée.
- Laissez au patient le temps de manger, dans une **position confortable** et dans une **ambiance conviviale**.

Recommandations générales

- ***Diversifiez les aliments*** en encourageant la personne à grignoter.
- ***Soignez la préparation et la présentation*** des repas, et proposez des portions adaptées.
- ***Levez (ou assouplir) les prescriptions de régime*** en vue de satisfaire le choix et le plaisir. Le respect du libre choix du patient doit être pris en compte.

Recommandations générales

- Proposez au patient de prendre ses **médicaments en fin de repas avec un jus de fruits par exemple.**
- Conseillez au patient de **boire plutôt en dehors des repas.**
- **Encouragez la contribution active de la famille** en lui proposant d'apporter des préparations faites « maison ».

Attention à l'acharnement nutritionnel car une stimulation excessive et permanente peut avoir l'effet inverse et entraîner le dégoût voire un inconfort.

Recommandations spécifiques

Conseils orientés en fonction des troubles du goût observés après interrogatoire du patient.

- **Présence de mauvais goût en bouche :** rinçage de bouche avant chaque prise alimentaire et eau gazeuse acidulée avant chaque repas (eau pétillante et jus de citron par exemple).
- **Les repas paraissent fades :** aliments à goût prononcé (fromages fermentés à goût fort, charcuteries...) et assaisonnements diversifiés à l'aide de fines herbes (persil, thym, coriandre, ail...), épices et arômes (curry, paprika...).

Recommandations spécifiques

- **Les aliments génèrent un goût amer :** suppression des aliments riches en purines (viande rouge, cacao...) remplacés par du poulet, du poisson, des laitages, quenelle, quiche, pizza...
- **Les aliments semblent acides :** légumes accompagnés de sauce béchamel, en gratins, en soufflés ...
- **Les aliments semblent trop salés :** cuisine sans sel et suppression des aliments naturellement riches en sel.
- **Les aliments semblent trop sucrés :** desserts préparés sans sucre ou peu sucrés (entremets, fruits pochés ou en purée...)

Recommandations spécifiques

- ***Présence de goût métallique dans la bouche :***
 - Commencer les repas par un pamplemousse ou des fruits crus.
 - Remplacer les viandes par les oeufs, quenelles, quiches au fromage, laitages...
 - Préférer les légumes verts en sauce blanche et les féculents.
- ***Si les odeurs génèrent un écoeuement :*** privilégier les repas froids, les salades composées, assiette anglaise, assiette de fromage ou charcuteries, les sandwiches...

Recommandations spécifiques

- **Déglutition difficile ou douloureuse :**

- **Soins de bouche fréquents** avec une solution adaptée.
- **Graisser la bouche du patient** en début de repas avec une cuillère de crème fraîche ou mayonnaise.
- Aliments mixés, crémeux, onctueux, mouillés avec du bouillon, de la sauce ou de la crème fraîche.
- **Supprimer les aliments durs et tranchants** qui risquent de blesser la muqueuse et **acides** qui laissent une sensation de brûlure.
- **Supprimer la pomme de terre** dont l'amidon colle sur la muqueuse pharyngée et entretient l'irritation.
- Diminuer le sucre et le sel et supprimer les épices.

Le plaisir au service du goût au « Patio »

- Proposer aux patients hospitalisés, identifiés soins palliatifs, une **prestation alimentaire journalière améliorée, personnalisée et diversifiée**.
 - **Un petit déjeuner amélioré**, proposant un panel de produits plus élargis : produits laitiers, fruits frais, compotes, jus de fruits, madeleines.
 - **Une carte de goûters** basée sur les produits « cafétéria » les plus appréciés : pâtisseries sucrées ou salées, desserts glacés, boissons, produits laitiers... Aide soignante du service chargée de la prise de commande informatique du goûter.

Le plaisir au service du goût au « Patio »

- Dernièrement, **« la carte plaisir de Saint Joseph »**. Comme son nom l'indique, elle a pour objectif premier la satisfaction, le plaisir, la recherche du bien être.
- Elle offre au patient en soins palliatifs :
 - **Un choix varié** d'entrées, de plats chauds, desserts et boissons. Tous les plats proposés sont réalisables en moins de 2 heures pour permettre une consommation la plus proche possible de la commande. L'état, les désirs et envies du patient étant très fluctuants d'un jour à l'autre.
 - **Une présentation soignée et colorée**, nécessitant une vaisselle adaptée et raffinée.

Nos boissons

Nos boissons sans alcool :

- Coca cola
- Coca Cola Light
- Orangina
- Schweppes
- Ice Tea pêche
- Gini
- Périer
- Jus d'orange
- Jus de pomme
- Jus d'ananas
- Bière sans alcool



Nos boissons alcoolisées :

- Bière
- Panaché
- Vin rouge
- Vin rosé



La carte plaisir de Saint Joseph



Nos entrées

- Velouté de champignons
- Crumble de légumes à la mozzarella
- Bruschetta italienne
- Assiette de charcuteries
- Salade niçoise
- Soupe de poisson



Nos poissons

- Gambas aux petits légumes croquants (légumes du moment, ciboulette, huile d'olive)
- Pavé de saumon à l'oseille
- Filet de rouget aux tomates cerise et basilic frais



Nos viandes

- Escalope de volaille, crème de curry aux deux poivrons (poivrons rouge et vert, crème légère, curry, muscade)
- Pavé de bœuf aux échalotes et ses pommes duchesses
- Côtelettes d'agneau au romarin (miel, vinaigre)



Nos pâtes

- Spaghettis à la bolognaise
- Tagliatelles à la carbonara
- Gnocchi sauce gorgonzola
- Penne rigate sauce napolitaine



Nos desserts

Nos pâtisseries :

- Charlotte aux fruits rouges
- Flan aux pruneaux
- Millefeuilles pâtissier
- Muffin's chocolat
- Tarte poire amande



Nos desserts glacés :

- Chocolat ou café liégeois
- Pêche melba

Autre suggestions :

- Salade de fruits frais de saison
- Mûi-mêo de fromages
- Fromage blanc et son coulis de fruits rouges



Une belle initiative...



22 chefs cuisiniers ont créé un livre de recettes adaptées aux personnes traitées par radio ou chimio thérapie, sur la base des conseils issus de l'expérience d'une diététicienne.

Vous pouvez demander cet ouvrage gratuit à l'adresse :

gout@bioalliancepharma.com

Conclusion

- L'alimentation orale doit être privilégiée et encouragée chaque fois que possible.
- Chez le nouveau-né la bouche apporte la première sensation de plaisir et chez les personnes en fin de vie manger peut constituer ***l'une des dernières sources de plaisir.***

“Est ce que le goût de la vie, ne signifie pas tout simplement reconnaître ce que l'on aime ?”

Merci de votre attention !