

姓氏                      名字                      性別                      年齡                      日期

## 目的：

吞嚥能力篩查工具 (EAT-10) 能夠幫助評估吞嚥問題。  
如發現吞嚥問題的症狀，請務必與您的醫生商討治療方案。

## A. 說明：

請根據您的吞嚥情況回答以下問題，並在每題空格內填上所選分數。

您有以下的吞嚥情況嗎？有多嚴重？

### 1 我的吞嚥問題令我體重減輕。

- 0 = 沒有問題
- 1
- 2
- 3
- 4 = 問題嚴重

### 6 吞嚥的過程會引起痛楚。

- 0 = 沒有問題
- 1
- 2
- 3
- 4 = 問題嚴重

### 2 我的吞嚥問題令我不能如以前一樣外出用餐。

- 0 = 沒有問題
- 1
- 2
- 3
- 4 = 問題嚴重

### 7 我的吞嚥能力令我不能享受用餐。

- 0 = 沒有問題
- 1
- 2
- 3
- 4 = 問題嚴重

### 3 我喝飲料時很費力。

- 0 = 沒有問題
- 1
- 2
- 3
- 4 = 問題嚴重

### 8 我進食後會感到喉嚨黏著食物。

- 0 = 沒有問題
- 1
- 2
- 3
- 4 = 問題嚴重

### 4 我吃固體食物時很費力。

- 0 = 沒有問題
- 1
- 2
- 3
- 4 = 問題嚴重

### 9 我進食時會咳嗽。

- 0 = 沒有問題
- 1
- 2
- 3
- 4 = 問題嚴重

### 5 我吞藥丸時很費力。

- 0 = 沒有問題
- 1
- 2
- 3
- 4 = 問題嚴重

### 10 吞嚥的過程使我感到有壓力。

- 0 = 沒有問題
- 1
- 2
- 3
- 4 = 問題嚴重

## B. 分數計算：

將各題分數相加，並在空格內填上總分。  
總分（滿分 40 分）

## C. 下一步：

如總分等於或高於 3 分，代表您可能會有吞嚥困難的風險。  
我們建議您向醫生諮詢這次評估的結果。

參考資料：吞嚥能力篩查工具 (EAT-10) 已確認為有效和可靠的工具。

Belafsky PC, Mouadeb DA, Rees CJ, Pryor JC, Postma GN, Allen J, Leonard RJ. Validity and Reliability of the Eating Assessment Tool (EAT-10). Annals of Otolaryngology & Laryngology 2008;117(12):919-924.