

Slikstoornissen

Informatie
voor patiënten

Deze folder is bedoeld voor patiënten met slikproblemen en hun omgeving. Er wordt uitleg gegeven over hoe het komt dat iemand zich verslikt. Ook wordt aangegeven wat de risico's zijn en wat de logopedist kan doen. Verder wordt beschreven wat u zelf kunt doen om verslikken te voorkomen.

Slikken

Slikken is een complex proces. Veel spieren zijn hierbij betrokken onder andere van lippen, tong, wangen en keel. Een gezond persoon kan slikken zonder er bij na te denken. Zelfs buiten de maaltijden om slikt men automatisch ongeveer één maal per minuut om het speeksel weg te slikken. Hoe verloopt het slikken bij eten en drinken:

1. Het eten wordt gekauwd en verzameld op de tong.
2. Het eten of drinken wordt door de tongspieren naar de keel vervoerd.
3. De slikreflex treedt in werking: neusweg en luchtweg worden afgesloten en de slokdarmmond gaat open.
4. Het eten of drinken wordt doorgeslikt en komt in de slokdarm terecht.

Wat is verslikken?

Wanneer iemand zich verslikt, komt eten of drinken in de luchtpijp terecht in plaats van in de slokdarm. In de meeste gevallen zal iemand die zich verslikt een hoestbui krijgen. Hoesten zorgt ervoor dat datgene wat er in de luchtpijp is gekomen, daar als het ware 'uit wordt geblazen'.

Risico's

Wanneer iemand moeite heeft met hoesten of niet meer kan hoesten, is het mogelijk dat er voedsel in de longen terechtkomt. Men kan zich verslikken zonder dat het opgemerkt wordt. Er kan een longontsteking ontstaan. Soms is dit levensbedreigend. Ook is er kans op verstikking. Patiënten met longaandoeningen, zoals COPD, zijn gevoeliger voor longontstekingen.

Hoe ontstaan slikproblemen?

Door ouderdom

De spieren worden zwakker, waardoor het eten minder goed gekauwd wordt en het doorslikken slechter verloopt. Soms gaat het kauwen moeilijker door een slecht gebit of niet goed passend kunstgebit.

Door ziekten van het zenuwstelsel

Bijvoorbeeld een beroerte, de ziekte van Parkinson of dementie. De gevoeligheid in de mond kan verminderd zijn, waardoor men minder goed voelt wat er in de mond of keel gebeurt. Iemand met dementie kan bijvoorbeeld vergeten dat er voedsel in de mond zit.

Door medicijnen

Deze kunnen bijvoorbeeld sufheid, verminderde spierkracht of een droge mond veroorzaken.

Door ziekten in het hoofd/halsgebied

Bijvoorbeeld kanker in de keel en/of mond. Zowel voor als na een operatie, chemokuur en/of bestraling kunnen slikproblemen ontstaan.

Door andere situaties

Bijvoorbeeld algehele malaise en verzwakking. Of COPD of ander longlijden waardoor benauwdheid is ontstaan.

Kenmerken van slikproblemen

- Verslikken tijdens of vlak na het eten of drinken (hoesten, rood worden, blauw aanlopen, traanogen krijgen).
- Speeksel, eten of drinken loopt uit de mond.
- Het gevoel hebben dat voedsel of medicijnen blijven steken in de keel of in de slokdarm.
- Voedselresten blijven achter in de mond.
- Kauwen of slikken doet pijn.
- Borrelige stem na het slikken.

Merkt u één van onderstaande verschijnselen op, dan bestaan er mogelijk slikproblemen:

- Snel afvallen, mager worden.
- Erg langzaam eten.
- Geen trek hebben in eten en drinken.
- Snel moe worden bij eten en drinken.
- Eenzijdig eten, bijvoorbeeld voornamelijk pap.

Logopedie

Als vermoed wordt dat iemand slikproblemen heeft, kan de arts doorverwijzen naar de logopedist. De logopedist inventariseert de problemen en kijkt naar de voorwaarden die aanwezig moeten zijn om veilig te kunnen slikken.

De logopedist geeft aan of er gestart kan worden met (aangepaste) voeding. Soms is het beter om nog niet oraal te eten, dan kan de patiënt op een andere manier voeding krijgen bijvoorbeeld door een neus-maagsonde.

Vaak is slikrevalidatie nodig. Hierbij leert de patiënt in de logopedische behandeling om de normale of een aangepaste sliktechniek stap voor stap toe te passen.

Hierbij wordt de voeding aangepast aan de mogelijkheden van de patiënt. De logopedist doet dit in samenwerking met de diëtist. Uitgangspunt is een goede voedingstoestand waarbij zoveel mogelijk rekening wordt gehouden met de wensen van de patiënt.

Algemene adviezen bij slikproblemen

1. Overleg, als u in het ziekenhuis ligt, altijd met de verpleging wat er gegeten of gedronken mag worden; volg de adviezen van de logopedist op.
2. Zorg voor een schone en vochtige mond voor en na het eten en drinken.
3. Altijd goed gesteund rechtop zitten tijdens eten en drinken (ook in bed). Zorg dat het hoofd goed rechtop is of zelfs iets naar voren gebogen.
4. Zorg voor een rustige omgeving zonder afleiding. Zorg dat de aandacht bij de maaltijd blijft. Praat niet tijdens het eten en drinken.
5. Neem voldoende tijd voor het eten en drinken
6. Eet en drink niet tegelijkertijd.
7. Bij verslikken, goed hoesten, krachtig slikken en wachten tot de ademhaling weer rustig is. Zonodig stoppen met eten of drinken.
8. Let op signalen die duiden op kauw- en slikstoornissen (zie blz. 4). Geef het door aan de verpleging of uw huisarts.

Specifieke adviezen bij úw slikproblemen

- voeding door de mond is nog niet mogelijk
- slikrevalidatiefase 1: dik vloeibare voeding
- slikrevalidatiefase 2: glad gemalen voeding
- slikrevalidatiefase 3: grof gemalen voeding
- slikrevalidatiefase 4: zachte voeding
- pap / brood zonder korst / brood
- dranken: dun / schenkstroopdikte / vladikte / puddingdikte
- geen dubbele consistenties (zoals groentensoep) en kruimelige voeding
-
- hulp / toezicht nodig.....
-
- slikinstructie:
-
-

Adres en telefoonnummer

Canisius-Wilhelmina Ziekenhuis
Weg door Jonkerbos 100
6532 SZ Nijmegen

Afdeling logopedie (C18)

Telefoon (024) 365 84 80
Sein: 2058 en 2355

Website: www.logopedie.cwz.nl