

Academie voor zelfzorg



Slikproblemen of slikklachten (dysfagie)

Voor *eigen regie* waar het kan en *professionele zorg* waar nodig.

Over Sevagram

Wij zijn een zorgorganisatie in Zuid-Limburg (Heerlen, Maastricht en het Heuvelland) gericht op ouderenzorg in onze zorglocaties, revalidatie en kort verblijf in Plataan in Heerlen, palliatieve zorg in onze hospices én paramedische zorg voor iedereen!

Als enige organisatie in Limburg met het Planetree Mensgerichte Zorg certificaat. Daar zijn we trots op!

Planetree-organisaties laten zien dat zij voortdurend bezig zijn om de zorg vóór en het welzijn ván cliënten of patiënten elke dag nog een beetje beter te maken.

Zelfzorg voor iedereen...

Algemene informatie slikfunctie

De medische term voor slikproblemen of slikklachten is 'dysfagie'. Bij dysfagie is er een stoornis in de slikfunctie. De slikfunctie wordt bepaald door:

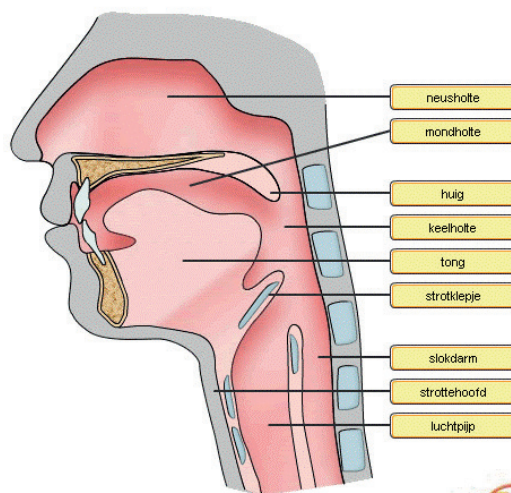
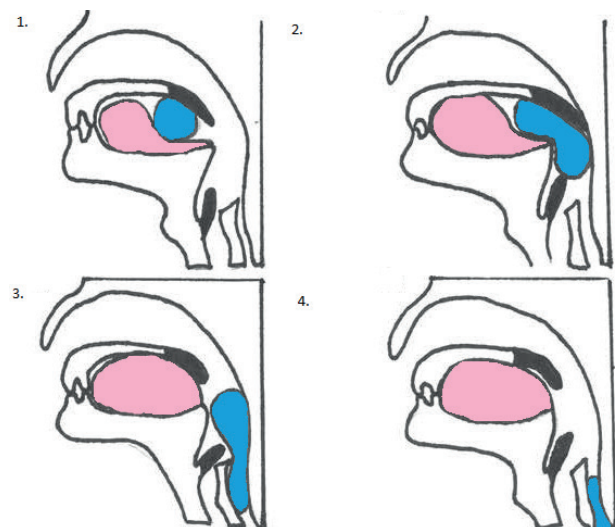
- De hersenen en zenuwbanen
- Motoriek (32 spieren)
- Sensibiliteit (gevoeligheid van mond en keel)

Een stoornis in één of meerdere van deze genoemde punten kan ertoe leiden dat iemand zich verslikt. Bij verslikken komt het voedsel of vocht in de luchtpijp terecht, vaak met hoesten tot gevolg.

De normale slikbeweging

Het slikken van voeding en dranken bestaat uit verschillende fasen:

1. Het voedsel wordt in de mond genomen.
2. Het voedsel wordt gekauwd en/of op de tong verzameld.
3. Het voedsel wordt door de tongspieren naar de keel gebracht. Vanaf hier treedt het slikreflex in werking, waardoor er allerlei bewegingen plaatsvinden: de opening naar de neus wordt afgesloten, de slik wordt ingezet, de luchtpijp wordt afgesloten door het strotklepje en de slokdarm opent zich.
4. Het voedsel gaat via de slokdarm naar de maag.



BioDesk

Oorzaken van slikproblemen

Dysfagie kan plotseling ontstaan door een beroerte, ongeluk of operatie. Ook het geleidelijk ontstaan van slikklachten is mogelijk, bijvoorbeeld bij de ziekte van Parkinson, MS, een spierziekte, algehele verzwakking of dementie.

Bij dysfagie ontstaat er een stoornis in één of meerdere fasen van het slikken. Vanwege een afhangende mondhoek kan er bijvoorbeeld lekkage bij het drinken optreden. Het kauwen kan moeizaam gaan door verminderde kracht. Of het wegslikken van voedsel is lastig geworden door bijvoorbeeld een verminderde spierkracht of coördinatie. Soms zakt het voedsel niet goed in de slokdarm richting de maag.

Hoe herkent u slikproblemen?

Enkele symptomen zijn:

- Verslikken en hoesten;
- Voedsel komt door de neus of uit de mond terug;
- Voedsel blijft in de mond en/of keel hangen;
- Kauwen en slikken kost moeite;
- Voedselresten blijven achter in de mond;
- Speekselverlies.

Mogelijke gevolgen

Door het verslikken kunt u benauwd worden, rood aanlopen, tranende ogen en/of ademhalingsproblemen krijgen. Op langere termijn kunt u uitdrogen en gewicht verliezen als gevolg van onvoldoende voedselinname. Ook kunt u door het verslikken een longontsteking krijgen. De ziekenhuisopname wordt hierdoor verlengd. Soms ontstaat er slikangst vanwege het vele verslikken.

Slikonderzoek

De logopedist inventariseert de slikklachten en onderzoekt de bewegingen en het gevoel van onder andere de mond, de tong, het gezicht en het gehemelte. Indien mogelijk wordt het slikken onderzocht met water, dik vloeibare voeding en/of vast voedsel. Zo nodig kan aanvullend onderzoek worden gedaan in samenwerking met de KNO-arts en/of radioloog.

Logopedische behandeling van de slikproblemen

De behandelmogelijkheden verschillen per ziektebeeld, maar hebben altijd als doel dat de voedselinname veilig verloopt. Aandachtspunten in de behandeling kunnen zijn:

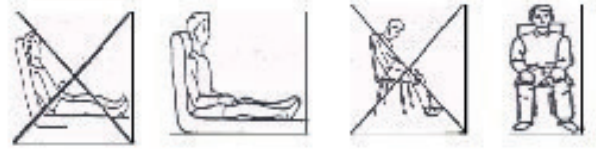
- Aanpassen van de houding tijdens het eten en drinken;
- Aanpassen van de consistentie van voeding en drank, zoals het malen van de maaltijd of het indikken van dranken. Gemiddeld genomen verslikt men zich minder snel in dikkere dranken. Het kan zijn dat er een slikadvies wordt opgesteld.
- Bespreken van algemene voorwaarden voor veilig slikken, zoals: niet praten en eten tegelijkertijd, geen afleiding, eten en drinken in een rustig tempo;
- Uitleg geven over het slikken aan patiënt en zijn omgeving;
- Versterken van de motoriek van de slikspieren;
- Adviseren over het veilig innemen van medicatie;
- Bespreken van het belang van goede mondverzorging.

Als veilige voedselinname niet mogelijk is, wordt met de behandelend arts overlegd over de mogelijkheid van sondevoeding.

Tips en adviezen

De volgende tips en adviezen kunnen het eten en drinken makkelijker maken:

- Creëer een rustige omgeving tijdens de maaltijd. Zet de televisie uit tijdens het eten en start een gesprek pas na het eten.
- Zorg ervoor dat u goed rechtop zit (90 graden), bij voorkeur niet in bed.



- Drink slok voor slok, niet achter elkaar door.
- Neem kleine happen en kauw goed.
- Drink niet met eten in de mond; alleen als de mond helemaal leeg is.
- Praat en eet niet tegelijkertijd.

Contact

Heeft u nog vragen over de instructie neem dan contact op met de academie voor zelfzorg via:

- E-mail: academie.zelfzorg@sevagram.nl
- Telefoonnummer: 088 991 20 40