

aan of er gestart kan worden met (aangepaste) voeding. Samen met **ergotherapeut** en/of **fysiotherapeut** kan bekeken worden op welke manier deze kan worden aangeboden. Soms is specifiek sliktherapie nodig. Hierbij leert de cliënt in de logopedische behandeling om de normale of een aangepaste sliktechniek stap voor stap toe te passen. Aan de hand van de onderzoeksgegevens van de **logopedist** past de **diëtist** het eten en drinken aan, zodat de cliënt voldoende voedingsstoffen binnenkrijgt. Uitgangspunt is een goede voedingstoestand waarbij zoveel mogelijk rekening wordt gehouden met de wensen van de cliënt.

Algemene adviezen bij verslikproblemen

1. Wees bedacht op de gevolgen van verslikken: bijvoorbeeld longontsteking of verstikking.
2. Overleg bij opname altijd met de verpleging wat er gegeten of gedronken mag worden.
3. Altijd goed rechtop zitten tijdens eten en drinken (ook in bed).
4. Laat het hoofd niet achterover hangen, maar houdt het goed rechtop of zelfs iets naar voren gebogen.
5. Zorg voor een rustige omgeving zonder afleiding.
6. Buig voorover bij verslikken en hoest goed uit. Niet tussen de schouders slaan.
7. Haal achtergebleven voedselresten en eventueel de gebitsprothese uit de mond.
8. Haal hulp als iemand het benauwd krijgt!

LOGOPEDIE

Problemen met slikken



Hulp bij moeite met slikken



Careyn
Postbus 900
3100 AX Schiedam

E-mail
contact@careyn.nl

Website
www.careyn.nl

Careyn Klantenservice
088 - 123 99 88



Samen nabij

Deze folder is bedoeld voor cliënten 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 logopedist en diëtist kunnen doen. Verder wordt beschreven wat u zelf kunt doen om zo veilig mogelijk te eten en drinken.

Slikken

Slikken is een complex proces. Veel spieren zijn hierbij betrokken, onder andere van lippen, tong en wangen. 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 te verwijderen.

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. 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 terecht komt. Men kan zich verslikken zonder dat het opgemerkt wordt. Er kan een longontsteking ontstaan. Soms is dit levensbedreigend. Ook is er kans op verstikking.

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 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 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.

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.

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

Samenwerking

Als vermoed wordt dat iemand slikproblemen heeft, kan de arts doorverwijzen:

De **logopedist** inventariseert de problemen en kijkt naar de voorwaarden die aanwezig moeten zijn om veilig te kunnen slikken. De logopedist geeft