

## Informatie en algemene adviezen voor patiënten met slikproblemen

# Als slikken moeilijk gaat

### ALGEMEEN

Slikken is een complex proces. Er zijn 32 spieren en 6 hersenzenuwen bij betrokken. Normaal gesproken hoeven we niet na te denken bij het slikken. Gedurende de dag slikken we vele malen; zelfs buiten de maaltijd om slikken we 1 keer per minuut om speeksel weg te slikken.

Door ouderdom, ziekten van zenuwstelsel, spierziekten, een beroerte of een hersentrauma kan het slikken niet meer zo vanzelfsprekend zijn. Het kauwen of slikken kan moeizaam verlopen of er kan sprake zijn van verslikken. Bij verslikken komt er drank of voedsel in de luchtpijp i.p.v. de slokdarm.

### KENMERKEN SLIKPROBLEMEN

Als iemand problemen heeft met slikken kunt u het volgende zien:

- Hoesten tijdens of na het eten of drinken
- Voeding, drank of speeksel loopt uit de mond
- Er blijven voedingsresten achter in de mond
- Kauwen of slikken is pijnlijk
- Het gevoel dat voeding of medicatie blijft steken

### RISICO'S SLIKPROBLEMEN

Als het eten of drinken zeer moeizaam verloopt kan het eten of drinken zo'n belasting zijn dat er een risico bestaat voor uitdroging of ondervoeding. Daarnaast kan door verslikken, wanneer er drank of voedsel in de longen terecht is gekomen, een longontsteking ontstaan.

### ONDERZOEK EN DIAGNOSE

Als het vermoeden bestaat dat er sprake is van een problemen met slikken dan zal de behandelend arts u verwijzen naar de logopedist. Zij komt op de afdeling bij u langs voor onderzoek en beoordeelt of eten en drinken veilig is. Als het eten en drinken onvoldoende veilig blijkt kan er (tijdelijk) voor worden gekozen om vocht en voeding via een sonde toe te dienen. Soms zullen aanpassingen in de houding volstaan om het eten en drinken veilig te laten verlopen. Vaak blijken echter aanpassingen in het eten en drinken nodig.

### AANPASSINGEN IN ETEN EN DRINKEN

Met aanpassingen bedoelen wij de dikte (consistentie) van de drank en het eten. Bij aanpassingen is er altijd sprake van een beperking in wat er gegeten en gedronken mag worden. Soms moeten dranken 'verdikt' worden. Een gewoon kopje koffie mag dan (tijdelijk) niet meer. In andere gevallen bent u beperkt tot een dik vloeibaar dieet. Dit betekent dat u alleen drank en voeding mag met de dikte en gladheid van vla en yoghurt. Bij bijvoorbeeld een aangezichtsverlamming kan het kauwen zo moeizaam verlopen dat dropjes of andere snoepjes niet veilig zijn.

### TOT SLOT

Voor u en uw familie is het belangrijk te weten wat de aanpassingen in het eten en drinken zijn. Dit is vooral belangrijk als er eten en drinken van thuis wordt meegenomen. Onderaan deze folder vindt u een overzicht van de consistenties zoals deze worden voorgeschreven. Bent u hier onzeker over, vraag het dan altijd na bij een verpleegkundige of laat zien wat u heeft meegebracht. De verpleegkundige kan u dan vertellen of de maaltijd de goede consistentie heeft.

### Verdikte dranken

De dranken worden verdikt (met nutilis) tot de voorgeschreven dikte. Dit geldt ook voor water!

**Dik vloeibaar** zo glad en dik als vla en yoghurt. Er mogen geen stukjes in zitten.

**Gemalen** het voedsel dient klein gemalen en smeug (niet droog te zijn), een boterham zonder korst met smeerbaar beleg mag in dit geval ook.