een santeon ziekenhuis

Slikstoornis (dysfagie)

Om goed te kunnen kauwen en slikken moeten de spieren van de lippen, tong, kaak, wangen, keel en het strottenhoofd goed functioneren. Als dat niet zo is, kunnen problemen ontstaan zoals verslikken en moeite met kauwen en met eten en drinken.

Omdat u problemen heeft met slikken, krijgt u aangepast eten en/of drinken. Uw logopedist adviseert u over wat u mag eten en drinken. Deze informatie is ook nuttig voor uw omgeving. Laat uw naasten deze informatie daarom ook lezen.

Meer over slikproblemen

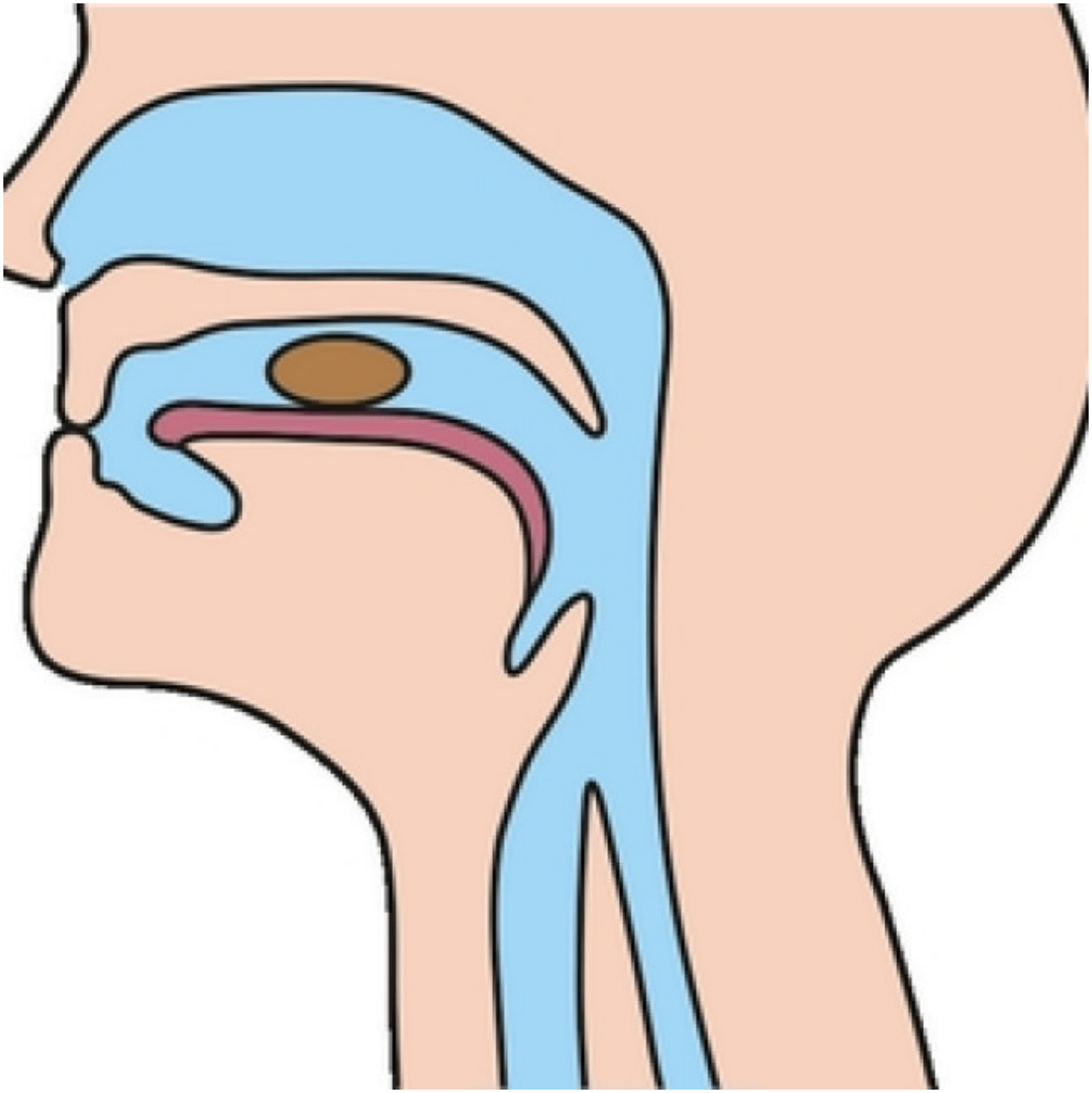
Waardoor verslikt iemand zich?

Slikken is een complex proces, waarbij spieren van de keel, lippen, tong en wangen zijn betrokken. Een gezond persoon kan slikken zonder hierbij na te denken. Zelfs buiten maaltijden om slik je automatisch ongeveer één maal per minuut speeksel weg.

Wat gebeurt tijdens het eten en drinken?

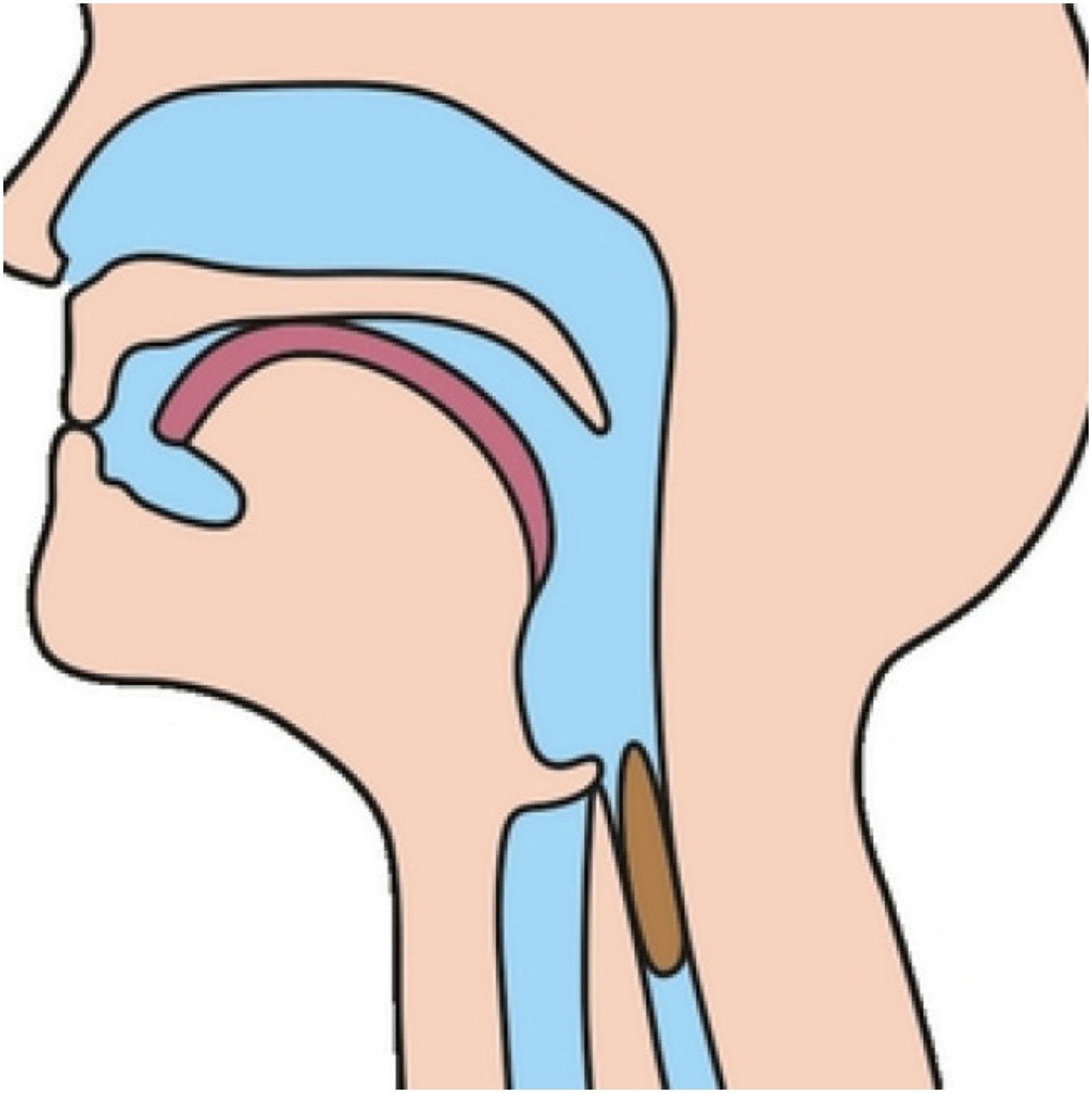
U neemt een hap of slok:

1. Het eten wordt gekauwd en op de tong verzameld.



2. De tongspieren vervoeren het eten/drinken naar de keel.

3. U slikt het eten/drinken door, waarna het in de slokdarm komt.



Problemen bij het slikken

Om goed te kunnen kauwen en slikken moeten de spieren van de lippen, de tong, de kaak, de wangen, de keel en het strottenhoofd goed functioneren. Als dat niet zo is, kunnen de volgende problemen ontstaan:

- U verslikt zich (snel) tijdens het eten en/of drinken.
- U heeft moeite met kauwen.
- Het eten blijft in uw keel steken.
- Het eten komt terug door uw neus.
- Het eten of drinken loopt uw mond weer uit.
- U kunt geen vast voedsel doorslikken.
- U hebt veel tijd nodig voor maaltijden.

Risico's

Als u zich verslikt, komt er eten of drinken in uw luchtpijp in plaats van in uw slokdarm. Meestal krijgt u dan een hoestbui. Hoesten zorgt ervoor dat wat in de luchtpijp is gekomen, daar als het ware 'uitgeblazen' wordt. Heeft u moeite met hoesten of kunt u niet meer hoesten, dan is het mogelijk dat er voedsel of drinken in de longen terechtkomt. U kunt zich dan verslikken zonder dat u het merkt. Er kan dan een longontsteking ontstaan. Soms is dit levensbedreigend. Ook bestaat de kans dat u stikt.

Ontstaan van een slikstoornis

Slikstoornissen ontstaan door veranderingen in de mond, de keel en het strottenhoofd. Het kan misgaan bij de aansturing van de spieren of door plaatselijke beschadiging die de bewegingen belemmeren. Er zijn veel oorzaken mogelijk, we noemen hier enkele.

Problemen met de aansturing van de spieren ontstaan door een afwijking of beschadiging van het zenuwstelsel, bijvoorbeeld:

- Na een beroerte
- Bij een spierziekte, zoals de ziekte van Parkinson
- Na een hersenoperatie

Voorbeelden van plaatselijke beschadiging of belemmering zijn:

- Gebitsproblemen
- Stijve en stugge keelspieren na bestraling
- Operaties in de mond en keel

Daarnaast is het mogelijk dat het slikken door ouderdom verslechtert. Uw spieren worden zwakker, waardoor u het eten minder goed kunt kauwen en doorslikken. Ook door medicijnen kunt u problemen krijgen met slikken. Sommige medicijnen zorgen namelijk voor een droge mond of sufheid. Tot slot kunnen ook stress en angst leiden tot problemen met slikken.

Symptomen

U herkent een slikstoornis aan de volgende verschijnselen:

- U verslikt zich tijdens/na het eten of drinken; u moet hoesten, wordt rood, loopt blauw aan, uw ogen beginnen te tranen.
- Er loopt speeksel, eten of drinken uit uw mond.
- U heeft het gevoel dat er eten, drinken of medicijnen in uw keel of slokdarm blijft steken.
- Er blijven voedselresten achter in uw mond.
- Kauwen of slikken doet pijn.
- Uw stem klinkt na het eten en/of drinken borrelig (nat).

Onderzoeken

Sondevoeding

Als u ernstige slikproblemen heeft, kan uw arts besluiten u sondevoeding te geven. Sondevoeding is vloeibare voeding die via een slangetje (sonde) door uw neus direct in uw maag terechtkomt. Deze voeding bevat alle voedingsstoffen die uw lichaam nodig heeft. Het kan zijn dat u volledige sondevoeding krijgt (meestal 1 tot 2 liter, verspreid over de dag). Het is ook mogelijk dat u de sondevoeding als aanvulling krijgt. Dit is meestal het geval als u wel iets (veilig) kunt eten of drinken, maar daarmee nog onvoldoende voedingsstoffen binnenkrijgt.

Behandelingen

Samenwerking

Als uw arts vermoedt dat u een slikstoornis heeft, kan hij/zij u doorverwijzen naar de logopedist en/of diëtist.

Logopedist

De logopedist zet op een rijtje welke problemen u heeft met slikken. Ook onderzoekt hij/zij of uw houding en sliktechniek goed is. Er is een kans dat de logopedist u (en uw naasten) adviseert om ander of aangepast eten en drinken te nemen. Zo kan het helpen om het eten en drinken in een andere vorm of op een andere manier te nuttigen, bijvoorbeeld gemalen, gepureerd of met een rietje. Heeft u moeite met het gebruiken van het bestek, dan krijgt u tips hiervoor of wordt uw naaste geleerd hoe hij/zij u erbij kan helpen. Ook kan de logopedist u slikoefeningen geven.

Diëtist

Aan de hand van de problemen die de logopedist bij u heeft ontdekt, past de diëtist het eten en drinken aan. De kans dat u zich verslikt, wordt daardoor kleiner. Uitgangspunt is dat u voldoende voedingsstoffen binnenkrijgt. De diëtist houdt natuurlijk zoveel mogelijk rekening met wat u zelf lekker en prettig vindt.

Verpleging

De verpleging zorgt ervoor dat u het eten en drinken op de juiste manier krijgt aangeboden. Zij geeft het ook aan de logopedist of diëtist door als u bijvoorbeeld koorts krijgt of door vermoeidheid onvoldoende eet. U krijgt dan een nieuw advies.

Informatie voor uw naasten

Met onderstaande informatie kan uw omgeving u ondersteunen bij het voorkomen van slikproblemen.

- Wees bedacht op de gevolgen van verslikken, zoals een longontsteking of verstikking.
- Overleg altijd met de verpleging wat uw naaste mag eten of drinken. Krijgt uw naaste volledige sondevoeding, dan mag u hem/haar geen eten of drinken geven. Mag uw naaste wel wat mag eten of drinken en wilt u iets voor hem/haar meenemen, overleg dit dan eerst met de logopedist of verpleegkundige.
- Zorg ervoor dat uw naaste altijd goed rechtop zit tijdens eten en drinken (ook in bed).
- Let erop dat het hoofd tijdens het eten/drinken niet achterover hangt, maar goed rechtop staat of zelfs iets naar voren gebogen is.

- Zorg ervoor dat uw naaste zijn/haar gebitsprothese draagt.
- Zorg ervoor dat uw naaste niet wordt afgeleid tijdens het eten of drinken.
- Eten, drinken en praten gaan niet tegelijkertijd. Stel dus niet meteen een vraag, nadat uw naaste een hap of slok heeft genomen.
- Laat uw naaste als hij/zij zich in drinken of vloeibaar voedsel verslikt, voorover buigen en uithoesten. Gaat het om vast voedsel, slaat u dan ook tussen de schouderbladen.
- Haal hulp als uw naaste het benauwd krijgt.

Meer informatie

Heeft u vragen over slikken en slikproblemen? Neemt u dan gerust contact op met een logopedist van het ziekenhuis of een verpleegkundige van de afdeling. Meer informatie vindt u op de website Moeilijk Slikken (https://www.moeilijkslikken.nl/).

Gerelateerde informatie

Specialismen

- Voeding & Dieet (Diëtetiek) (https://www.antoniusziekenhuis.nl/voeding-dieet-dietetiek)
- Logopedie (https://www.antoniusziekenhuis.nl/logopedie)

Contact Logopedie **T 088 320 77 20**