

Wat is dysfagie (slikstoornis)?

Dysfagie

Video voice-over

Als we slikken wordt er eten, drinken of speeksel van de mond naar de slokdarm vervoerd.

Om normaal te kunnen slikken moet alles in de mond en keel goed samenwerken.

Na het nemen van een hap of slok komt het voedsel eerst in de mond terecht.

Door het kauwen wordt speeksel aangemaakt. Hierdoor wordt het voedsel zacht en is het makkelijker door te slikken

De tong duwt het voedsel krachtig naar achteren en wanneer het voedsel achterop de tong is, sluit het zachte gehemelte de weg naar de neus af.

Het voedsel gaat via de keel richting de slokdarm. Het strottenklepje sluit de weg naar de luchtpijp af, en de stembanden sluiten. De slokdarm vervoert het voedsel verder naar de maag.

Slikken doen we zeer vaak en gaat automatisch. We slikken gemiddeld 2 keer per minuut. Het slikken kan op veel manieren verstoord raken. Dit wordt een slikstoornis of dysfagie genoemd. Iemand met een slikstoornis verslikt zich sneller.

Er kunnen meerdere oorzaken zijn voor het verslikken, bijvoorbeeld doordat het strottenklepje de luchtpijp niet goed afsluit en er voedsel in de luchtpijp terecht komt.

Door het verslikken loop je meer risico op een longontsteking.

Als gevolg van verslikken kun je gaan hoesten, benauwd worden, rood aanlopen en tranen in je ogen krijgen. Een slikstoornis kan ook aan het licht komen door andere klachten zoals moeilijk kunnen kauwen, het hebben van een droge mond of wanneer speeksel uit de mond loopt.

Ook wanneer voedselresten in de mond of keel blijven hangen kan er sprake zijn van een slikstoornis.

Een slikstoornis kan verschillende oorzaken hebben zoals het gevolg van een beroerte, de ziekte van Parkinson, kanker of het gebruik van bepaalde

medicijnen. Maar ook een slecht gebit of een slecht zittend kunstgebit kan slikproblemen veroorzaken.

Meestal staat de slikstoornis niet op zichzelf en zijn er ook andere problemen.

Daarom is het belangrijk om goed onderzoek te doen naar de oorzaak van het slikprobleem, zodat deze behandeld kan worden.

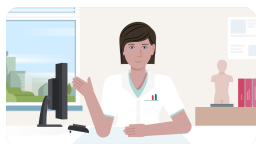
De behandeling bespreekt u met uw arts of behandelend logopedist en kan per persoon verschillen.

Dysfagie is de medische term voor slikproblemen. In deze animatie leggen wij uit wat dysfagie is.

Adviezen bij dysfagie

Adviezen om uw klachten te verminderen

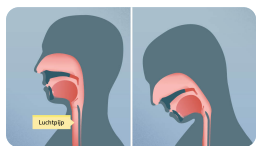
Logopedist



Een logopedist onderzoekt en behandelt patiënten met stem-, spraak-, taal en slikstoornissen.

De logopedist onderzoekt of u veilig kan slikken en waarom het slikken bij u problemen geeft. De logopedist kan u adviezen geven over aanpassingen in eten en drinken, hulpmiddelen of een goede lichaamshouding.

Houding van uw hoofd



Slikken kan makkelijker gaan wanneer u uw hoofd naar voren op de borst doet. De ingang naar de luchtpijp is dan smaller en is er minder kans op verslikken.

Wanneer u het hoofd naar achter gooit, maakt dit het slikken juist moeilijker.

Hulp bij verslikken

Hulp bij verslikken in drinken

Als u zich verslikt in drinken is het van belang om goed krachtig door te hoesten.

Laat u niet tussen de schouderbladen slaan. Het slaan tussen de schouderbladen onderbreekt juist het hoestritme. Neem geen slokje water na het verslikken, dit kan het juist erger maken.



Hulp bij verslikken in vast voedsel

Probeer de voedselbrok die achterin de keel zit met de hand te verwijderen.

Als dit niet lukt, zorg voor hulp. Eventueel kan de Heimlichmanoeuvre uitgevoerd worden.

Wat kunt u zelf nog meer doen?



- Zorg ervoor dat u altijd goed rechtop zit tijdens eten en drinken (ook in bed)
- Neem de tijd voor het eten en drinken
- Zorg voor een goede concentratie tijdens eten en drinken
- Praat niet tijdens de maaltijd
- Neem kleine happen en slokken
- Wees u bewust van de gevolgen van verslikken, zoals een longontsteking of verstikking
- Weet welk eten en drinken u veilig kunt slikken
- Zorg ervoor dat u niet afgeleid wordt tijdens het eten en drinken
- Als u zich verslikt; buig voorover en hoest. Laat u niet tussen de schouders slaan
- Zorg dat u hulp kunt inschakelen wanneer u het benauwd krijgt



Aanpassingen bij eten en drinken

Als u moeite heeft met slikken, kan het helpen uw eten en drinken aan te passen. Zo kunt u dranken dikker maken, waardoor uw zich minder snel verslikt.

Ook kunnen er aanpassingen worden gedaan in voedsel. Eet bijvoorbeeld pap in plaats van brood, snijd korsten van het brood. Een warme maaltijd kan gemalen (fijn gemaakt) worden.

De logopedist kan u adviseren over uw specifieke situatie.



De bedbeker

Een bedbeker is een beker speciaal ontwikkeld voor mensen met slikproblemen en zorgt voor een goede hoofddpositie waardoor de kans op verslikken kleiner wordt.

Dankzij het luchtslot is er volledige controle, omdat er nooit teveel en te snel vocht uit de beker komt.

Mogelijke complicaties en gevolgen bij dysfagie

Longontsteking



Als u zich verslikt, kan er eten en/of drinken in uw luchtpijp terecht komen. U loopt hierdoor een groter risico op het ontwikkelen van een longontsteking. Soms krijgt u aangepast eten en drinken of sondevoeding om dit te voorkomen.

Veelvoorkomende klachten bij dysfagie



- U verslikt zich gemakkelijk in eten en drinken
- U verliest speeksel tijdens het eten en drinken of het loopt uit de mond
- U heeft het gevoel dat voedsel of medicijnen blijven steken in de keel of slokdarm
- Vaak blijven voedselresten achter in uw mond hangen
- Het kauwen of slikken doet pijn
- Het nemen van een hap van een lepel of het nemen van een slok wil niet meer
- U heeft moeite met het kauwen van voedsel

Mogelijke gevolgen van dysfagie



- U kunt snel gewicht verliezen
- U heeft minder trek in eten en drinken
- U eet en drinkt erg langzaam
- U wordt tijdens het eten en drinken snel moe
- U gaat eenzijdig eten, bijvoorbeeld alleen pap
- U heeft angst om te eten en drinken (slikangst)