

Tipps, die helfen:

Wenn das Schlucken schon (wieder) möglich ist, hilft es, folgende Punkte zu beachten (Helfen Sie dabei Ihrem Angehörigen):

- Gutes, aufrechtes Sitzen auf einer festen Unterlage (nicht im Liegen).
- Voll aufmerksam und wach auf das Essen/Trinken konzentrieren! (vielleicht vorher daran riechen)
- Ablenkung wie TV/Radio/Gespräch vermeiden.
- Kleine Portionen, kleine Mengen auf Löffel/Gabel.
- Den Mund fest schließen (damit nichts austreten kann), gut kauen, nachschlucken (ggf. mehrfach).
- Beim Schlucken den Kopf nach vorne neigen (Kinn auf die Brust).
- Nach jedem Bissen mit der Zunge den Mund leer räumen und nochmals runterschlucken.
- Nach dem Schluck auf „aaaahhhh“ die Stimme prüfen. Klingt sie „feucht“ oder „gurgelig“? Dann lieber pausieren.
- Pausen machen und langsam essen. Jeden Bissen genießen!
- Kommt es zum Husten und Verschlucken, muss eine Pause gemacht werden. Es soll in Ruhe zu Ende gehustet werden. Bei zu häufigem Husten, sollte das Essen/Trinken beendet werden.
- Nach dem Essen: Mundpflege! Noch 10-20 Min. in aufrechter Haltung verbleiben.

Noch Fragen zur Schlucktherapie?

tel 07682-801-551 oder 07682-801-558
mail schlucktherapie@bdh-klinik-elzach.de

Der BDH

- ist die größte deutsche Fachorganisation für die Rehabilitation neurologischer Patienten
- steht allen von Behinderung Betroffenen und ihren Angehörigen offen
- ist eine unabhängige Selbsthilfeorganisation, die sozial- und gesellschaftspolitisch an der Sicherung des sozialen Leistungssystems mitwirkt
- hilft durch ehrenamtliche Beratung und Vertretung seiner Mitglieder gegenüber Behörden und vor den Sozialgerichten
- fördert den Kontakt von Betroffenen untereinander
- bietet deutschlandweit kompetente stationäre neurologische Rehabilitation

BDH-Klinik Elzach Klinik für Neurologische Rehabilitation



Geschäftsführer

Dipl.-Volkswirt Daniel Charlton

Ärztlicher Direktor

Prof. Dr. med. Claus-W. Wallesch

BDH-Klinik Elzach

Am Tannwald, 79215 Elzach

tel 07682-801-0

fax 07682-801-855

mail info@neuroklinik-elzach.de

web www.bdh-klinik-elzach.de



BDH-Klinik Elzach

Informationen zu
Schluckstörungen für
Betroffene und Angehörige



Schluckstörung

Nach Hirnverletzungen und neurologischen Erkrankungen kann es zu Schluckstörungen kommen. Der alltägliche und uns meist unbewusste Vorgang des Schluckens gelingt dann nicht immer richtig und sicher. Die Folgen können häufiges Räuspern und Verschlucken beim Essen & Trinken sein. Bei schweren Formen der Schluckstörung kann dies gefährlich oder sogar lebensbedrohlich werden. Deshalb ist eine sorgfältige fachliche Untersuchung und ggf. Behandlung der Schluckstörung sehr wichtig.

Wie funktioniert das Schlucken?

Normalerweise bemerken wir nur, dass wir schlucken (und auch das nicht immer). Wir wissen aber meist nicht wie wir schlucken. Dieser alltägliche Vorgang erscheint uns einfach und selbstverständlich. Genau betrachtet, zeigt sich aber, dass es sich um ein sehr kompliziertes Ereignis handelt, bei dem mehr als 50 Muskelpaare koordiniert werden müssen, – und das oft in Bruchteilen einer Sekunde. Wir schlucken mit einem fein abgestimmten System, in dem Spüren und Bewegen „Hand in Hand“ arbeiten. So gelingt es uns, dass Speisen in den Magen gelangen und unsere Atemluft in die Lunge.



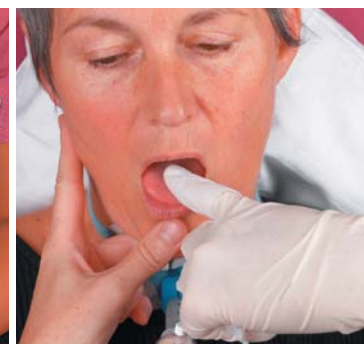
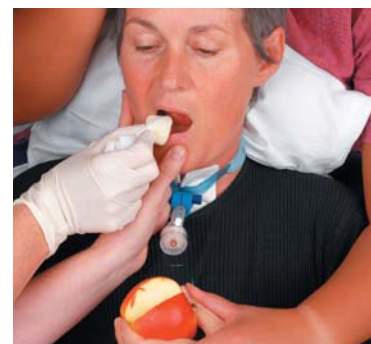
Verschlucken

Geht bei diesem Vorgang etwas schief, dann kennen wir das als „Verschlucken“. Das kommt im Alltag vor, vor allem wenn man abgelenkt ist, oder gleichzeitig versucht zu sprechen und zu essen. Beim Verschlucken, gelangt Nahrung in den Kehlkopf (den Eingang zur Luftröhre). Normalerweise müssen wir dann heftig husten.

Nach einer neurologischen Erkrankung kann dies stark gehäuft vorkommen. Möglicherweise gelingt dann auch der Husten nicht oder man spürt nicht, dass etwas „in den falschen Hals“ gekommen ist. Wenn Nahrung in die tiefen Atemwege (Bronchien, Lunge) gelangt (Aspiration), kann dadurch eine lebensbedrohliche Situation mit Lungenentzündung (Pneumonie) entstehen.

Tracheostoma

Ein Tracheostoma ist eine künstliche Öffnung der Luftröhre, die durch ein Röhrchen (Trachealkanüle) offen gehalten wird. Mit Hilfe dieser Kanüle können bei schweren Schluckstörungen Speichel- und Nahrungsreste aufgefangen und durch Absaugen entfernt werden. Wenn die Kanüle „geblockt“ ist, kann der betroffene Patient nicht mit Stimme sprechen.



Diagnostik

Schlucktherapeuten sind die Spezialisten für die Untersuchung und Behandlung von Schluckstörungen in der BDH-Klinik Elzach. Sie untersuchen die beteiligten Organe und beobachten das Schlucken genau. Ggf. kann dies auch mit Hilfe eines Endoskopes direkt im Kehlkopfbereich erfolgen. Jede Schluckstörung ist anders und es müssen immer die individuellen Gegebenheiten bei jedem Patienten berücksichtigt werden.

Behandlung

Jeder Patient braucht also einen eigenen Behandlungsplan für seine Schluckstörung. Dabei kann direkt an beteiligten Muskeln oder auch am Spüren im Mund gearbeitet werden. Es können Strategien erlernt werden, wie trotz der Schluckstörung sicheres Essen möglich ist. Oft hilft es auch, die Konsistenz und Auswahl der Speisen an die Möglichkeiten beim Schlucken anzupassen (z.B. passiertes Essen oder ange dickte Getränke).

Was kann ich als Angehöriger tun?

Wichtig ist es vor allem bescheid zu wissen. Sprechen Sie also mit Therapeuten, Ärzten und Pflegenden über das Schlucken. Fragen Sie nach Schluckstörungen und informieren Sie sich genau über die therapeutischen Maßnahmen bei Ihrem eigenen Angehörigen. Vermeiden Sie es, Nahrungsmittel oder Getränke als „Mitbringsel“ zu schenken und geben sie dies auch an andere Besucher weiter.

