



AZ SINT-ELISABETH ZOTTEGEM

Dienst geriatrie
Slikproblemen bij ouderen

Informatiebrochure voor de patiënt
en de familie



VOORWOORD

Beste familieleden,

Onlangs werd uw familielid opgenomen in het ziekenhuis. Deze informatiebrochure bieden wij u aan naar aanleiding van de slikproblemen die uw familielid momenteel ondervindt. In deze brochure geven wij graag wat meer uitleg over slikstoornissen en voedingsproblemen bij ouderen. Verder worden er heel wat tips aangereikt.

Heeft u nadien nog vragen, dan kan u steeds terecht bij de hoofdverpleegkundige van de afdeling waar u familielid verblijft of bij de behandelende arts. De logopedist is natuurlijk ook bereid om al uw vragen te beantwoorden.

WAT ZIJN SLIKPROBLEMEN?

Ouderen en senioren zijn heel kwetsbaar. Ze hebben een minder functioneel reserve, hebben minder weerstand,... Het verouderingsproces zorgt er mede voor dat de slikfuncties afnemen. Het kauwen van voedsel verloopt langzamer en moeilijker door krachtsvermindering in de kauwspieren. Restjes worden vaak niet goed meer weggeslikt waardoor iemand zich sneller kan verslikken,... Ook het slikken zelf gaat moeilijker. Ouderen hebben meer tijd nodig en hebben vaak geen controle meer over hun eigen slikproces. Dranken gaan bijvoorbeeld te snel naar binnen waardoor de patiënt zich verslikt. Veranderingen van smaak- en reukzin kunnen ook optreden. In de medische wereld wordt dit 'presbyfagie' genoemd.

Wanneer er ernstige slikproblemen aanwezig zijn, is er sprake van 'dysfagie'. Dit is een stoornis van het slikproces dat ervoor kan zorgen dat voedsel en dranken in de luchtpijp terechtkomen in plaats van in de slokdarm. Dit kan leiden tot een longontsteking, onvoldoende voedselinname of uitdroging.

SLIKPROBLEMEN HERKENNEN

Volgende oorzaken kunnen optreden bij personen met slikproblemen:

- Langzamer eten
- Moeite met doorslikken van etensresten
- Vaak de keel schrapen
- Kwijlen: voedsel of drinken dat uit de mond loopt
- Pijn bij het slikken
- Hoesten of kuchen tijdens het eten

- Heesheid
- Snel moe worden bij het eten en drinken
- Vaak slikken
- Achterblijven van voeding in de mond: wordt 'hamsteren' genoemd
- Smaakverlies of geen 'zin' meer hebben om te eten
- Gevoel dat eten in de keel blijft steken

PREVENTIE EN OPVOLGING

Voor de behandeling van slikstoornissen wordt een logopedist gecontacteerd. Zij zal de patiënt begeleiden met als doel het slikproces zo snel mogelijk terug te verbeteren zodat orale voeding op een veilige manier kan heropgestart worden of het zolang mogelijk behouden van voeding per os (door de mond). Het is niet altijd haalbaar om de patiënt helemaal 'normaal' te kunnen laten eten. Vaak blijven aanpassingen zoals het indikken van dranken noodzakelijk.

Welke therapie zal worden aangeboden, is afhankelijk van het probleem. De logopedist gaat bij slikproblemen de volgende zaken na: houding en hoofdpositie, lipsluiting, bijten en kauwen, slikken, gevoel en bewegingsmogelijkheden van gezicht, reflexen,... Na dit onderzoek heeft de logopedist een beeld van de slikproblemen en kunnen de therapie en adviezen hierop worden afgestemd.

Wekelijks wordt er een teamvergadering op de afdeling* georganiseerd waarin de toestand van uw familielid wordt besproken. Volgende personen zijn aanwezig op het team:

- Geriater of behandelende arts
- Hoofdverpleegkundige
- Logopedist

- Kinesist
- Ergotherapeut
- Diëtist
- Psycholoog

* Dit enkel op de afdelingen Geriatrie, Neurologie en SP.

Het is de taak van de logopedist om uw familielid goed te observeren en te onderzoeken om te achterhalen wat er precies misloopt in het slikproces. Op basis daarvan worden de nodige aanpassingen uitgevoerd:

- Aanpassingen van consistenties (vorm en dikte) zoals onder andere het indikken van dranken, gemalen voeding i.p.v. vaste voeding,...
- Indien het slikken niet meer correct verloopt, kan in samenspraak met het multidisciplinair team beslist worden om de patiënt 'NPO' te zetten. Dit betekent dat de patiënt voor enige tijd geen voeding meer zal toegediend krijgen. Er wordt dan overgeschakeld op alternatieve voeding: sondevoeding
- Indien nodig past de logopedist extra hulpmiddelen toe om het eten of drinken makkelijker te maken: aangepaste beker, drinken met een rietje,...

ADVIEZEN

1. Voor dranken

- Dranken indikken
- Neem koude of zure dranken

2. Voor voedsel

- Vermijden van korrelig of droog eten
- Gebruik yoghurt, pudding,... om medicijnen te nemen i.p.v. water
- Snij de korsten van het brood. Als brood niet meer lukt, biedt mixen een oplossing
- Snij het eten in kleine stukjes
- Indien voedsel gemalen wordt, meng niet alles door elkaar

GEVOLGEN VAN SLIKPROBLEMEN

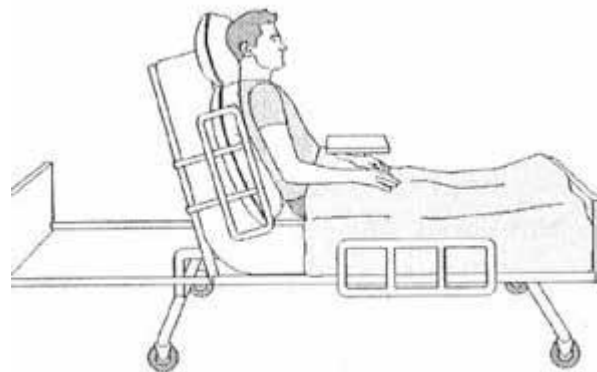
Slikproblemen kunnen voor heel wat schade zorgen. Gevolgen hiervan kunnen zijn: gewichtsverlies, een verslechterde voedingstoestand waardoor de kans op decubitus (doorligwonden,..) toeneemt en longontstekingen. Een longontsteking die ontstaat door een slikprobleem wordt een aspiratiepneumonie genoemd. Door een foutief slikpatroon komt voedsel of speeksel in de longen terecht, wat voor een longontsteking kan zorgen. Bij zwakkere ouderen kan een longontsteking levensbedreigend zijn.

Wanneer door voedsel de luchtpijp wordt afgesloten, kan er niet genoeg lucht worden ingeademd met stikken tot gevolg. Dit is een levensbedreigende situatie. Verpleging en arts moeten onmiddellijk verwittigd worden.

ALGEMENE TIPS

Algemene tips bij het geven van voeding of bij personen met slikmoeilijkheden:

- Geef de persoon **geen eten of drinken zonder toestemming** van de logopedist of verpleging. Het is steeds mogelijk dat uw familielid voor een bepaalde periode geen eten of drinken mag hebben (NPO,...).
- Geef enkel voeding indien de persoon **alert** is. Dit wil zeggen dat de persoon wakker is en reageert bij het horen van zijn of haar naam.
- Een persoon met slikstoornissen moet **goed rechtop** zitten, bij voorkeur 90°. Vraag hulp aan de verpleging indien dit niet alleen lukt.



- Ook na de maaltijd wordt aangeraden om de persoon met slikproblemen nog zeker **10 minuten rechtop** te laten zitten.
- Zorg voor een **rustige omgeving**. Zet de radio en de televisie uit. Gesprekken worden het best gevoerd na de maaltijd.
- Bied een normale hap aan (niet te veel in 1 hap).
- Laat de persoon **rustig doorslikken**, en geef hem hiervoor voldoende tijd. Dik vloeibaar voedsel is meestal gemakkelijker om te eten. Laat de persoon even rusten indien nodig.
- Bied geen volgende hap aan als de mond niet volledig leeg is. **Controleer de mond** op eventuele voedselresten.
- Laat de persoon indien nodig een **extra slikbeweging** maken of enkele malen slikken op 1 hap. Dit helpt om voedselresten weg te krijgen.
- **Begeleid eventueel verbaal**: ‘mond goed openen’, ‘lippen sluiten’, ‘goed slikken’.
- Controleer na de maaltijd of er geen voedsel of vloeistoffen zijn achtergebleven in de mond. **Mondhygiëne** is zeer belangrijk.

WAT MET VERSLIKKEN?

- Blijf rustig!
- Laat de persoon uithoesten. Begeleid eventueel verbaal: 'Hoest krachtig'.
- Geef geen drank of eten indien de persoon blijft hoesten. Bied pas opnieuw voedsel of dranken aan als de ademhaling terug rustig is.
- Verwijder eventueel voedselresten uit de mond.
- Roep de verpleging indien er ademnood is. Zij passen het Heimlich-manoeuvre toe.

Nog vragen? Voor meer informatie kan u contact opnemen met de dienst Geriatrie op het nummer 09/364.87.40 (kamers 260-279) of 09/364.87.30 (kamers 280-298).

EEN  VOOR ZORG



NIAZ[®]

Nederlands Instituut voor Accreditatie in de Zorg

AZ Sint-Elisabeth Zottegem is NIAZ geaccrediteerd

Godveerdegemstraat 69
9620 Zottegem

TEL: 0032 9 364 81 11
FAX: 0032 9 364 89 00

EMAIL: azstelisabeth.zottegem@sezz.be
WEBSITE: www.sezz.be