



LOGOPEDIE

# Slikproblemen

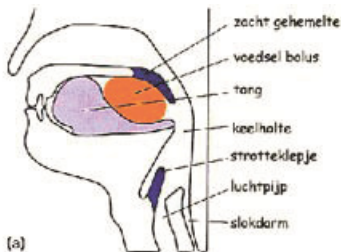


Slikken doen we allemaal. Maar wat als we te kampen krijgen met slikproblemen, ook wel 'dysfagie' genoemd? In deze brochure vindt u kort uitgelegd wat slikken juist is, welke slikproblemen er kunnen optreden, bij wie deze problemen voorkomen en welke behandeling mogelijk is.

## WAT GEBEURT ER TIJDENS HET SLIKKEN?

Slikken gebeurt in vier stappen. In elke fase kan er iets mislopen. We bespreken hier het normale verloop. De oranje vlek op elke tekening stelt het eten of drinken voor.

**Orale voorbereidende fase:** Het voedsel wordt in de mond gebracht. Er wordt kennisgemaakt met het eten of drinken. Het voedsel wordt gekauwd en vermengd met speeksel.



**Orale fase:** Het voedsel is klaar om doorgeslikt te worden. De tong beweegt naar boven naar het gehemelte en brengt het eten naar achter. De neusweg wordt afgesloten.



**Faryngale fase:** Het voedsel komt in de keel terecht. De luchtweg wordt afgesloten en de slokdarm wordt opengetrokken.



**Oesofagale fase:** Het voedsel is nu in de slokdarm terechtgekomen en wordt richting de maag verplaatst.



## WAT ALS HET MISLOOPT?

Wanneer we ons verslikken, betekent dit dat er eten of drinken in de luchtpijp terecht komt. Het gevolg is meestal dat we hoesten, om te voorkomen dat het eten of drinken naar de longen gaat.

Opgelet: er zijn ook mensen die zich wel verslikken maar niet beginnen te hoesten. Wanneer er toch eten of drinken in de longen terecht komt, kan dit een longontsteking tot gevolg hebben.

## HOE HERKEN JE SLIKPROBLEMEN?

- Herhaaldelijk hoesten
- Tranende of vochtige ogen
- Hese of borrelende stem na het slikken
- Uitdroging
- Vermageren
- Verandering van eetpatroon
- Verhoogde ademhaling
- Meerdere keren slikken nodig voor één hap
- Langere maaltijdduur, eten is vermoeiend
- Er blijven resten achter in de mond na het slikken
- Eten stapelt op in de mond of wang
- Voedsel uitspuwen
- Voedsel valt uit de mond

## GEVOLGEN VAN VERSLIKKEN

- Longontsteking: Doordat er eten of drinken in de longen terecht komt, kunnen de longen ontsteken.
- Ondervoeding: Bij herhaaldelijk verslikken, zijn mensen geneigd minder te eten. Hierdoor krijgen ze minder voeding binnen. Dit kan tot ondervoeding leiden.
- Uitdroging: Wanneer iemand zich vaak verslikt, zal hij minder durven drinken. Hierdoor krijgt hij te weinig vocht binnen en ontstaat uitdroging.
- Sociale afzondering: Mensen met slikmoeilijkheden gaan soms eetsituaties vermijden. Hierdoor geraken ze sociaal geïsoleerd.

## HOE VERSLIKKEN VOORKOMEN?

- Eet en drink alleen op heldere en wakkere momenten.
- Zit goed rechtop bij het eten en drinken.
- Zorg voor zo weinig mogelijk afleiding tijdens het eten (bv. geen tv).
- Volg het advies rond eten en drinken op (zie verder).
- Blijf na het eten nog even rechtop.

## BIJ WIE KOMEN SLIKPROBLEMEN VOOR?

Slikken is een complex gebeuren waar verschillende structuren in meewerken. Er zijn daarom vele mogelijke oorzaken van slikproblemen. Enkele voorbeelden:

- gevolg van een neurologische aandoening, bv. een beroerte (herseneninfarct),
- gevolg van een neurodegeneratieve ziekte, bv. multiple sclerose (MS) of amyotrofische laterale sclerose (ALS),
- gevolg van veroudering,
- gevolg van dementie,
- gevolg van (behandeling van) kanker in mond of keel,
- medicatie die sufheid of droge mond veroorzaakt.

## SLIKSTOORNISSEN NA EEN BEROORTE

Na een beroerte is meestal een deel van de hersenen beschadigd. Welk deel beschadigd is hangt af van de locatie van de bloeding of infarct. Omdat het slikken bestuurd wordt vanuit verschillende plaatsen in de hersenen, is de kans groot dat minstens een van de hersendelen die het slikken besturen, beschadigd is. Dit bepaalt dan welke fase van het slikken verstoord is. Ongeveer de helft van de patiënten heeft na een beroerte slikmoeilijkheden. Meestal is een vorm van revalidatie of compensatie mogelijk.

## SLIKSTOORNISSEN BIJ OUDEREN

Slikstoornissen kunnen op elke leeftijd voorkomen, maar vooral bij oudere mensen. In een woonzorgcentrum heeft gemiddeld 60% van de bewoners problemen bij het slikken. Dit is te wijten aan:

- algemene vertraging,
- verlies van spierweefsel,
- verminderde kracht.

Het is dan belangrijk dat zowel de oudere met slikproblemen als zijn familie goed ingelicht zijn.

## WELKE AANPASSINGEN ZIJN MOGELIJK?

### Gedragwijzigingen

- Rustige omgeving
- Goede houding
- Kleine happen
- Aangepast tempo

### Hulpmiddelen

- Goed passend gebit
- Aangepast bord en bestek
- Aangepaste beker
- Presentatie van het eten

### Dieetmaatregelen

Het gaat vooral om aanpassingen van de consistentie (dikte) van de voeding.

- Malse voeding
- Gemixte voeding
- Ingedikte vloeistoffen

## DE LOGOPEDIST KAN HELPEN

Logopedisten zijn onder andere gespecialiseerd in het evalueren van de slikfunctie. Zij testen of de patiënt een slikprobleem heeft en waaraan dit zou kunnen liggen. Vervolgens kunnen ze de patiënt helpen met uitleg, tips en slikoefeningen en door de houding en de voeding aan te passen. Afhankelijk van de problemen kunnen bv. vloeistoffen ingedikt worden. Het is belangrijk om deze adviezen op te volgen om zo de kans op verslikken te verkleinen. Bij twijfel of bij vermoeden van een groter probleem overlegt de logopedist met de neus-, keel- en oorarts en worden extra onderzoeken uitgevoerd.

## BIJ VRAGEN

### Contact logopedist

- Campus Mariëndal: (t) 016 80 98 76
- Campus St.-Jan: (t) 016 80 37 18
- [logopedie@drztiene.be](mailto:logopedie@drztiene.be)



# NOTITIES

A series of horizontal dotted lines for taking notes, spanning the width of the page below the header.

NOTITIES

A series of horizontal dotted lines for writing notes, spanning the width of the page and positioned below the orange header.



NOTITIES

Handwriting practice area with 20 horizontal dotted lines for writing.

## Regionaal Ziekenhuis Heilig Hart Tienen

### campus mariëndal

t 016 80 90 11 (algemeen nummer)

t 016 80 99 19 (spoedopname)

### campus st.-jan

t 016 80 90 11

### medisch centrum tienens

t 016 80 95 82

### medisch centrum aarschot

t 016 55 17 11

[www.rztienen.be](http://www.rztienen.be)

**iedereen**

Vriendelijk Inlevend Professioneel  
met zin voor Initiatief



10141-NL/aug 2019