

# Slikproblemen

U krijgt deze folder, omdat u op dit moment slikproblemen heeft. In deze folder geven wij u een korte uitleg over het slikproces en de problemen die bij het slikken kunnen optreden. Daarnaast leest u hoe de logopedist bij kauw- en slikproblemen kan helpen. Wij raden u aan om uw partner en familie deze folder ook te laten lezen.

## Kauwen en slikken

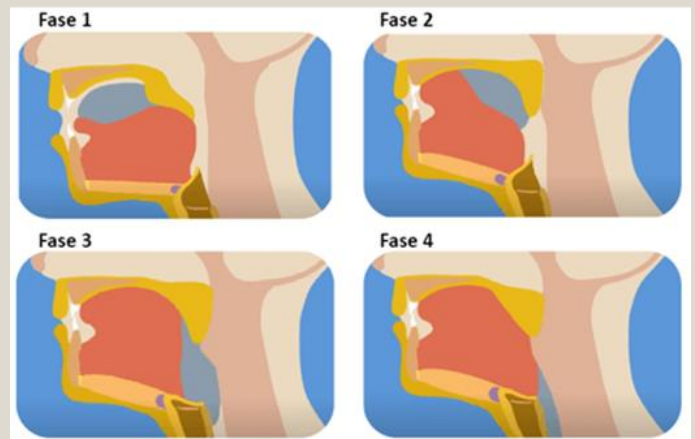
Kauwen en slikken is een ingewikkeld proces. We gebruiken hiervoor de spieren van de lippen, kaken, wangen, tong, gehemelte en keel. Deze spieren werken nauw samen, zodat we veilig kunnen slikken.

Het normale slikproces begint met het nemen van een slok of een hap. Hierna wordt het eten gekauwd en op de tong verzameld.



Daarna volgen de 4 fases van het slikproces:

1. De tong duwt het eten/drinken richting de keelholte.
2. Het gehemelte gaat omhoog en sluit de opening naar de neusholte af.
3. Het strottenklepje kantelt en sluit de luchtweg af.
4. Het eten/drinken komt in de slokdarm terecht.



## Kauw- en slikproblemen

Kauw- en slikproblemen kunnen plotseling ontstaan als gevolg van hersenletsel, door bijvoorbeeld een beroerte (CVA), operatie of trauma. Daarnaast komen slikproblemen ook vaker voor bij mensen met een bepaalde ziekte, zoals de ziekte van Parkinson, Multiple Sclerose, dementie, een spierziekte of bij algehele lichamelijke zwakte. Ook het normale verouderingsproces kan tot slikklachten leiden.

Enkele voorbeelden van slikproblemen zijn:

- U verslikt zich, waardoor u moet kuchen of hoesten tijdens of na het eten en drinken.
- U verliest eten, drinken en/of speeksel uit de mond.
- U heeft moeite met het kauwen van voedsel.
- U kunt niet doorslikken.

- De gevoeligheid van uw mond kan verminderd zijn, waardoor u niet goed voelt wat er in uw mond of keel gebeurt.
- Er blijft voedsel in uw wang zitten.
- Er blijft voedsel in uw keel steken.
- De coördinatie tussen ademhalen en slikken is verstoord.
- U raakt benauwd of loopt rood aan tijdens of na het eten/drinken.

Frequent hoesten, kuchen of keelschrapen na het slikken wijzen op een slikprobleem. Als dit gebeurt komt er wat eten of drinken in de luchtpijp terecht in plaats van in de slokdarm. Het strottenklepje heeft de luchtweg niet volledig afgesloten, waardoor er wat eten of drinken langs lekt. Meestal ontstaat op dat moment een hoestbui. We spreken dan van verslikken.

Soms hoest iemand niet of nauwelijks als er eten of drinken in de luchtpijp komt. Iemand kan dan wel benauwd worden of rood aanlopen. We spreken dan van stil verslikken, omdat het nauwelijks te horen is dat iemand zich verslikt.

### **De mogelijke gevolgen**

Ieder mens verslikt zich wel eens. Goed ophoesten zorgt ervoor dat uw longen beschermd blijven. Als iemand minder kracht heeft om goed te hoesten of helemaal niet hoest tijdens het verslikken, kan er eten of drinken in de longen komen. Hierdoor bestaat de kans op een levensbedreigende longontsteking of verstikking. Andere veel voorkomende gevolgen van slikproblemen zijn ondervoeding en een slechtere wondgenezing. Ook beleven mensen met slikproblemen vaak minder plezier aan eten en drinken.

Vanwege de hierboven genoemde risico's raden wij u aan de door de logopedist gegeven adviezen met betrekking tot eten en drinken op te volgen.

### **Wat doet de logopedist?**

De logopedist voert een slikonderzoek bij u uit om te bepalen welke consistenties u veilig kunt eten en drinken en welke consistenties u moet vermijden. Tevens geeft de logopedist uitleg over de oorzaak van het verslikken. Zo nodig kan nader onderzoek worden gedaan door de KNO-arts en/of radioloog in het ziekenhuis. De logopedie richt zich daarna op de behandeling van de slikproblemen.

De behandeling is te verdelen in drie groepen:

- **Dieetaanpassingen:** de logopedist geeft adviezen met betrekking tot het aanpassen van de consistentie van eten en drinken. U kunt hierbij denken aan het verdikken van dranken of het pureren van een warme maaltijd.
- **Compensatietechnieken:** u leert hoe u verslikken in eten en drinken kunt voorkomen door op een andere manier te slikken of door houdingaanspassingen.
- **Slikrevalidatie:** u krijgt oefeningen om het slikken te verbeteren.

### **Vragen**

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen? Neem dan contact op met de afdeling Logopedie via telefoonnummer 078-6763400 (callcenter) of via e-mail: [logopedie@zorg-waard.nl](mailto:logopedie@zorg-waard.nl).

Onze logopedisten zijn ook te bereiken op hun mobiele telefoonnummer:

Annemarie Hofland:	06-187 50 622
Anouk Hoogstad:	06-194 52 023
Marjolein Smit:	06-333 48 716
Maud Peeters:	06-190 50 517
Melody Vorwald:	06-230 42 174