

Ursachen von Schluckstörungen:

Zu den Ursachen einer Schluckstörung zählen u.a.

- **Schlaganfälle,**
- **Schädel-Hirn-Verletzungen,**
- **chronische degenerative Erkrankungen (z.B. Morbus Parkinson, Alzheimer-Demenz),**
- **Unfälle / Verletzungen im Kehlkopfbereich,**
- **Tumorerkrankungen u.v.m.**

Es kann sich aber auch um eine Folge **des physiologischen Alterungsprozesses** handeln.

Sollten Sie das Gefühl haben, dass Sie oder ihr Angehöriger / ihre Angehörige unter einer Schluckstörung leiden, sollten Sie dies ärztlich abklären lassen.

Ihr Hausarzt kann bei Bedarf eine Überweisung in eine logopädische Praxis oder ein Fachkrankenhaus ausstellen.

Kontakt:

Verbundkrankenhaus Bernkastel / Wittlich

Cusanus Krankenhaus
Abt. für Akutgeriatrie
Karl-Binz-Weg 12
54470 Bernkastel-Kues

Abteilung für Akutgeriatrie

Chefarzt: Volker Pickan

Station: Tel.: 06531 / 58-25 845
Logopädie: Tel.: 06531 / 58-25 848

Information für Patienten
Abt. für Akutgeriatrie



Verbundkrankenhaus
Bernkastel / Wittlich

Schluckstörungen im Alter

Wie erkenne ich sie und wie gehe ich damit um?



Verbundkrankenhaus Bernkastel / Wittlich

Cusanus Krankenhaus
Abteilung für Akutgeriatrie / Altersmedizin
Karl-Binz-Weg 12 • 54470 Bernkastel-Kues

Mit zunehmendem Alter treten **Schluckstörungen (Dysphagien)** vermehrt in Erscheinung.

Als Folge davon können eine **Mangelernährung**, eine **Dehydration („Austrocknung“)** oder eine **Aspirationspneumonie (Lungenentzündung durch Verschlucken)** auftreten.

Anzeichen einer Schluckstörung:

- vermehrtes Husten, Niesen od. Räuspern während des Essens od. Trinkens
- feuchte oder gurgelige Stimme während der Nahrungsaufnahme
- Unklare Temperaturerhöhung (Fieber)
- Gefühl des Steckenbleibens der Nahrung im Hals
- laufende Nase während der Nahrungsaufnahme
- häufige Lungenentzündungen
- brodelige Atmung während des Essens und/oder Trinkens

Was ist beim Essen und Trinken zu beachten?

- ✓ aufrechte Sitzposition (auch im Bett) während des Essens bzw. Trinkens und 20 Minuten danach
- ✓ keine Gespräche oder Ablenkungen während des Essens
- ✓ Kopf leicht nach vorne beugen
- ✓ Zeit nehmen zum Essen, jeden Bissen sorgfältig kauen & herunterschlucken
- ✓ Kleine Portionen / Schlucke aufnehmen
- ✓ Gute Mund-/ Zahnhygiene nach jeder Mahlzeit



Anpassung der Kost:

Gibt es Probleme beim Trinken und / oder in der Verarbeitung (kauen / schlucken) von fester oder krümeliger Nahrung, ist eventuell eine **Kostanpassung** notwendig.

Flüssigkeiten (Getränke / Suppen) können bei Bedarf mit einem speziellen Pulver **angedickt werden**, feste oder krümelige Kost kann durch weiche (ggf. pürierte) Nahrungsmittel ersetzt werden.

Generell gilt:

- ✓ Bei allen Patienten mit einer Schluckstörung sollte auf grobkörnige, krümelige, faserige oder klebrige Nahrungsmittel verzichtet werden (z.B. Reis, Erbsen, Suppe mit Einlage, Brötchen, Hackfleisch)
- ✓ Bei starker Verschleimung sollten Milchprodukte gemieden werden, da sie eine zähe Verschleimung hervorrufen bzw. diese verstärken können
- ✓ Erhält der Patient ausschließlich pürierte oder passierte Kost, ist unter Umständen eine hochkalorische Zusatznahrung nötig
- ✓ Bei Unsicherheiten bezüglich der Kostanpassung sprechen Sie bitte Ihren Arzt oder einen Therapeuten an.

Schluckstörungen