

LOGOPEDIE

# Dysfagie



## Wat is dysfagie?

### **Dysfagie is een slikstoornis die kan ontstaan door:**

Verminderd functioneren van structuren, spieren of zenuwen die nodig zijn om te slikken. Hieronder verstaan we bijvoorbeeld mond- of keelspieren, gevoeligheid in het mond- of keelgebied, slik-, hoest-, wurgreglex enzovoort.

Hierdoor kunnen problemen voorkomen met transport of beveiliging waardoor een of meerdere consistenties (van vloeibaar naar vast) niet, moeilijk of niet veilig van de mond naar de maag gebracht worden.

### **Mogelijke oorzaken van slikstoornissen zijn:**

- Problemen in de sturing van de slikspieren door een hersenletsel veroorzaakt door een beroerte, tumor of ongeval of een stoornis in het zenuwstelsel, bijvoorbeeld MS (= multiple sclerose), ziekte van Parkinson, ALS (= amyotrofische laterale sclerose) enzovoort.
- Een operatie in het hoofd-halsgebied die tijdelijk hinder kan veroorzaken tijdens het eten en drinken.
- Andere oorzaken: algemene verzwakking, ademhalingsproblemen, enz.

# Normale slikfases

Slikken gebeurt in 3 fasen. In elke fase kan iets verkeerd gaan, wat kan leiden tot een slikstoornis.

## 1. Voorbereidende orale fase

In deze eerste fase komt het eten in je mond. Je kauwt het en mengt het met speeksel. Je tong maakt er een voedselbolus van, een soort hap of brokje. Je tong duwt daarna de bolus naar achter in je mond. Dan is het klaar om door te slikken.

## 2. Faryngale- of keelfase

In de tweede fase wordt de slikreflex opgewekt. De voedselbolus gaat door je keel. Je luchtpijp wordt afgesloten door het strottenklepje en de stembanden zodat er geen voedsel in je longen terechtkomt. De keelspieren duwen de voedselbolus in de richting van je slokdarm.

## 3. Oesofageale fase

In de derde fase gaat de voedselbolus via de slokdarm naar je maag.

## Kenmerken van een slikstoornis

Een slikstoornis kan leiden tot een verhoogd risico op een longontsteking, te beperkte vochtinname of ondervoeding. Het is belangrijk om de stoornis op tijd op te sporen.

### **Er zijn verschillende symptomen die kunnen wijzen op een slikstoornis:**

- Het voedsel of de vloeistof valt uit je mond.
- Speekselverlies.
- Lang wachten om te slikken, lange tijd met voedsel in de mond blijven zitten.
- Voedsel blijft na het slikken in je mond of wang zitten (hamsteren).
- Je verslikt je: voedsel of de vloeistof komt in je luchtpijp terecht.
- Frequent hoesten tijdens of na de maaltijd.
- Borrelic of nat stemgeluid na het slikken.
- Globusgevoel: het gevoel dat je eten blijft steken in je keel.
- Gewichtsverlies.
- Ademhalingsproblemen tijdens het eten.
- Verminderde eetlust.
- Uitdroging.

## Gevolgen van dysfagie

Slikstoornissen hebben niet alleen lichamelijke maar ook sociale gevolgen. Het kan mensen belemmeren om te gaan dineren, of het plezier van eten en drinken kan verloren gaan.

# Behandeling van dysfagie

Het doel van de behandeling is om je op een veilige en zo aangenaam mogelijke manier voldoende te laten eten en drinken.

Afhankelijk van de oorzaak kunnen de slikproblemen tijdelijk of blijvend van aard zijn. Een slikstoornis kan ook verergeren bij progressieve ziektes zoals MS, ALS of de ziekte van Parkinson. De behandeling zal dus ook afhangen van de aard van de aandoening.

## De taak van de logopedist is:

- In een onderzoeksfase nagaan wat er fout loopt tijdens het slikken.
- Als het aangewezen is, de maaltijden en vloeistoffen aanpassen zodat de patiënt op een veilige manier kan eten en drinken.
- Advies en richtlijnen geven om slikken makkelijker en veiliger te maken.
- Starten met sliktherapie.

## Aanpassingen in de voeding kunnen zijn:

- Gesneden, gemalen of gemixte voeding.
  - Enkel halfvaste voeding zoals yoghurt en pudding.
  - Vloeistoffen ingedikt tot de dikte van soep, yoghurt en pudding.
  - Andere manieren van voeden zoals een maagsonde of infuus.
- Als het gevaar op verslikking op lange termijn te groot is of als tussenoplossing tot je opnieuw kan eten.

## Er zijn twee types sliktherapie:

- Indirecte therapie: dit zijn oefeningen zonder eten of drinken. Het doel is om je slikvaardigheid voor speeksel te behouden of te verbeteren, om daarna weer voeding te introduceren of uit te breiden.  
We verbeteren de mondmotoriek via spierkracht, coördinatie enzovoort.
- Directe therapie: dit zijn oefeningen mét eten of drinken. Het doel is om de verschillende fases van het slikken te verbeteren. Voorbeelden zijn het aanpassen van je houding of de dikte van voeding en drinken en het aanleren van speciale slikmanoeuvres.

## Tips tijdens het eten en drinken

- Zorg voor een rustige omgeving tijdens de maaltijd: zet de televisie uit tijdens het eten en start pas een gesprek na het eten.
- Zorg voor een rechte houding; er is minder kans op verslikken als je goed rechtop zit.
- Neem voldoende tijd om te eten.
- Neem geen volgende hap als uw mond niet volledig leeg is.
- Stop onmiddellijk met eten of drinken wanneer je je verslikt.
  - Buig voorover (hoofd en borstkas naar beneden gericht) en hoest rustig, indien nodig krachtig, door.
  - Iemand kan zachtjes tussen de schouderbladen kloppen.
  - Als hoesten onvoldoende helpt, laat je iemand het heimlich-manoeuvre uitvoeren.
  - Wacht tot de hoest geluwd is voor je verder eet of drinkt.
- Stop met eten en drinken wanneer je je herhaaldelijk verslikt of erge ademhalingsproblemen ervaart.
- Als je stem borrelig of nat klinkt, slik nog eens extra na zonder eten of drank.
- Als het kauwen moeizaam verloopt: zorg voor zachte groenten, fijngesneden vlees en snijd de korsten van de boterham. Neem kleine happen.
- Controleer na de maaltijd of er geen voedsel achtergebleven is in de mond.
- Verzorg het gebit goed als er regelmatig voedselresten achterblijven in de mond.
- Na het eten is het beter om een 10-tal minuten rechtop te blijven zitten.
- In geval van een halfzijdige verlamming, bied het voedsel aan de gezonde kant aan.

- Pas de voedselkeuze aan bij slikproblemen en vermijd hierbij:
  - › prikkelende dranken zoals frisdrank, bruisend water, fruitsap van citrusvruchten.
  - › voedsel met brokjes zoals soep met groentestukjes of balletjes, kervelsoep.
  - › droog, kruimelig of hard voedsel zoals droge koeken, ongeschild fruit, koolsoorten.
- Pas het voedsel aan bij specifieke problemen en vraag bij twijfel advies aan je logopedist.

## Contact

📍 Route H 503 - Verdieping 5

**Bo Delafontaine**

📞 050 36 55 51

✉ [bo.delafontaine@stlucas.be](mailto:bo.delafontaine@stlucas.be)

**Hanne Naeyaert**

📞 050 36 55 52

✉ [hanne.naeyaert@stlucas.be](mailto:hanne.naeyaert@stlucas.be)

**Mieke Pyra**

📞 050 36 55 53

✉ [mieke.pyra@stlucas.be](mailto:mieke.pyra@stlucas.be)

**Lara Vermandele**

📞 050 36 55 54

✉ [lara.vermandele@stlucas.be](mailto:lara.vermandele@stlucas.be)

## AZ Sint-Lucas Brugge

📍 Sint-Lucaslaan 29, 8310 Brugge

☎ 050 36 91 11 ✉ [info@stlucas.be](mailto:info@stlucas.be) 🌐 [www.stlucas.be](http://www.stlucas.be)

