

Vorsicht Schluckstörung



Informationsbroschüre für Betroffene
und ihre Angehörigen

Abteilung Logopädie, Klinikum Bayreuth
Preuschwitzer Str. 101, 95445 Bayreuth
Telefon: 0921/400-1267

bernd.simon@klinikum-bayreuth.de

Das Schlucken beherrscht der Mensch schon im Mutterleib. Nach der Geburt ist es für ihn die einzige Möglichkeit dem Körper Nahrung zuzuführen.

Schlucken ist deshalb eine lebenswichtige Fähigkeit

Normalerweise machen wir uns keine Gedanken über das Schlucken, weil es völlig unbewusst und automatisiert abläuft. Dennoch handelt es sich um einen äußerst komplexen Vorgang an dem viele Nerven, Muskeln und Organe beteiligt sind, die exakt gesteuert werden müssen.

Problematik beim Schlucken

Im Rachen kreuzen sich Atem- und Nahrungswege.

Die Atemluft gelangt über die Nase in den Rachen und von dort über den Kehlkopf und die Luftröhre in die Lunge.

Die Nahrung gelangt über den Mund und den Rachen in die, hinter der Luftröhre liegende, Speiseröhre.

Damit keine Nahrung in den Kehlkopf, die Luftröhre und die Lunge gelangt, müssen die unteren Luftwege rechtzeitig dicht verschlossen sein. Dies darf aber nicht zu lange dauern, weil der Mensch in dieser Zeit nicht atmen kann.

Der normale Schluckablauf

Nahrung wird in den Mund genommen, dort zerkleinert und eingespeichelt und von der Zunge in den Rachenraum transportiert. Im Bereich des Übergangs vom Mund- in den Rachenraum löst der Schluckreflex aus.

Infolge des Schluckreflexes hebt sich der Kehlkopf, die unteren Atemwege werden u.a. durch den Kehledeckel sicher verschlossen und die Speiseröhre wird geöffnet. Nun gelangt die Nahrung über die Speiseröhre in den Magen.

Der gestörte Schluckablauf

Grundsätzlich können über den gesamten Schluckablauf hinweg, vom Aufnehmen der Nahrung in den Mund bis hin zum Transport in der Speiseröhre überall Beeinträchtigungen auftreten.

z.B.

- schlechtes Kauen (wg. fehlender Zähne)
- ungenügendes Einspeicheln der Nahrung (die Nahrung „rutscht schlecht“)
- Transportschwierigkeiten im Mund (eingeschränkte Zungenbeweglichkeit)
- Schwierigkeiten bei der Auslösung des Schluckreflexes
- Transportschwierigkeiten im Rachen
- ungenügender Abschluss der unteren Luftwege
- ungenügende Öffnung des oberen Speiseröhrenverschlusses
- und vieles mehr

Was ist so gefährlich an einer Schluckstörung?

Wenn Nahrung in die unteren Luftwege gelangt, besteht die Gefahr, dass es zu einer Lungenentzündung kommt.

**Eine große Gefahr ist die
„stille Aspiration“,
bei der Nahrung in die Lunge gelangt, ohne dass der
Patient husten muss**

Ursachen für einen gestörten Schluckablauf

Es können organische Ursachen vorliegen, d.h. dass ein Organ seine Funktion nicht vollständig erfüllen kann, weil es z.B.: in der Beweglichkeit eingeschränkt ist.

Es kann aber auch eine Störung der Steuerung des Schluckvorganges vorliegen (z.B. nach einem Schlaganfall)

Viele Erkrankungen können eine Schluckstörung nach sich ziehen, z.B.:

- Schlaganfall
- Schädelhirntrauma
- Tumore
- Demenz
- Parkinsonerkrankung
- ALS (Amyotrophische Lateralsklerose)
- MS (Multiple Sklerose)
- und viele andere

Das Schlucken verändert sich aber auch allein durch den Alterungsprozess. In der Regel kann der Körper sich auf diese Veränderungen bis zu einem gewissen Punkt gut einstellen und sie kompensieren. Durch eine Krankheit oder Verletzung, die gar nicht im Bereich der an der Nahrungsaufnahme beteiligten Organsysteme liegen muss, kann es zu einer allgemeinen Schwächung des Körpers kommen. Dadurch kann auch die Schluckfähigkeit so stark beeinträchtigt werden, dass dies der Körper nicht mehr ausgleichen kann.

Wenn ein Patient schluckt, so bedeutet das nicht automatisch, dass die gesamte Nahrung in die Speiseröhre gelangt

Woran kann man eine Schluckstörung erkennen?

- wiederkehrendes, unklares Fieber
- vermehrtes Husten oder Räuspern beim Essen oder Trinken
- Nebengeräusche bei der Atmung
- belegte, gurgelnde Stimme
- Nahrungsreste im Mundraum
- Nahrung läuft aus dem Mund
- verlängerte Zeit bei der Nahrungsaufnahme
- Speichelfluss aber auch Mundtrockenheit
- Ablehnung der Nahrungsaufnahme bzw. bestimmter Nahrungskonsistenzen (z.B. Flüssigkeiten)
- Gewichtsverlust, Austrocknung

Was kann man tun?

Zunächst sollte man Kontakt mit einem Arzt und einem Logopäden aufnehmen. Beide untersuchen das Schlucken und werden, in Abhängigkeit von der Ursache, Maßnahmen zur Verbesserung der Störung einleiten.

Was ist das Ziel der Behandlung?

Ziel der Behandlung ist, wenn irgend möglich, eine normale Ernährung durch den Mund aufrecht zu erhalten oder wieder zu ermöglichen.

Häufig hilft eine Anpassung der Nahrung an die Störung und einige Hinweise, die beim Essen und Trinken zu beachten sind.

Eine aufrechte Lagerung bei der Nahrungsaufnahme verringert die Gefahr des Verschluckens erheblich.

Durch eine gezielte logopädische Schlucktherapie kann die Schluckfähigkeit häufig wieder maßgeblich verbessert werden.

Mit verschiedenen Hilfsmitteln, wie z.B. gebogenes Besteck, Trinkhalme, Becher mit Nasenkerbe, etc. kann die Nahrungsaufnahme ebenfalls erleichtert werden.

Im Einzelfall muss jedoch zur Sicherstellung der Nährstoffversorgung eine Magensonde gelegt werden. Ziel der Schlucktherapie ist aber auch hier, möglichst rasch wieder zu einer normalen Ernährung durch den Mund zurückzukehren.

Worauf ist beim Essen und Trinken zu achten?

- möglichst aufrechte Sitz- und Kopfhaltung (den Kopf im Idealfall leicht nach vorn geneigt)
- Essen in reizarmer Umgebung (z.B. nicht vor dem laufenden Fernseher)
- dem Patienten Zeit lassen zum Essen
- auf geeignete Nahrungsmittel achten (z.B. kein Reis)
- den Patienten immer wieder zum Nachschlucken auffordern
- Mundpflege (ggf. vor und nach dem Essen)
- den Pat nach dem Essen noch mindestens 20 min. sitzen lassen

Angepasste Kost

Wenn Essen und Trinken möglich ist, gibt Ihnen der Arzt oder der Logopäde Hinweise, auf was bei der Kost zu achten ist. Möglicherweise muss die gesamte Nahrung fein püriert und Flüssigkeiten mit einem Maisstärkepulver andickt werden.

**In der Regel bereiten Getränke und Suppen
die größten Schwierigkeiten beim Schlucken
und sind die Ursache
mancher Lungenentzündung**

Wichtige Hinweise:

- Nehmen Sie die Warnungen des Arztes oder des Logopäden ernst.
- Essen oder trinken Sie nichts ohne das Einverständnis des Arztes.
- Dicken sie Flüssigkeiten an, falls dies erforderlich ist.
- Stimmen Sie die Art der Ernährung mit dem Arzt oder Logopäden ab, insbesondere eine Kostumstellung.
- Fragen Sie nach, wenn Ihnen etwas unklar ist.