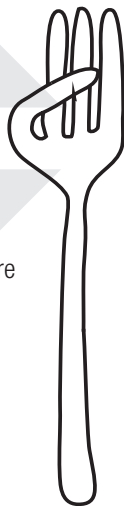


Wo bekomme ich Unterstützung?

- ▶ Hausärzte/-ärztinnen, ärztliches Fachpersonal für Phoniatrie, Neurologie, HNO
- ▶ Fachtherapien, insbesondere Logopädie und Dysphagietherapie
- ▶ Ernährungsberatung

Weitere Informationen:
www.dysphagie-suisse.ch



Wenn das Schlucken nicht mehr selbstverständlich ist!

Schluckstörungen/Dysphagien
im Erwachsenenalter



Dieser Flyer klärt auf und informiert
Betroffene und deren soziales Umfeld



Weitere Informationen:
www.dysphagie-suisse.ch



Schweizerische Gesellschaft für Dysphagie (SGD)
Société Suisse pour la Dysphagie
Società Svizzera per la Disfagia

Was ist eine Schluckstörung?

(Dysphagie)

- ▶ Eine Störung beim Schlucken von Speichel, Nahrung und /oder Flüssigkeiten

Was sind mögliche Ursachen?

- ▶ Neurogene Erkrankungen (z.B. Schlaganfall, Parkinson-Syndrom, dementielle Erkrankungen) und Unfälle (z.B. Schädel-Hirn-Trauma)
- ▶ Strukturelle Veränderungen (z.B. durch Tumore, Bestrahlung, Operationen, Intubation / Beatmung, Veränderungen der Halswirbelsäule)
- ▶ Altersbedingte Veränderungen (Presbyphagie)
- ▶ Weitere Ursachen (z.B. Medikamente, COPD)

Woran erkenne ich eine Schluckstörung bei der Nahrungsaufnahme? (direkte Symptome)

- ▶ Husten oder Räuspern vor, während oder direkt nach dem Essen, Trinken, Speichelschlucken
- ▶ Verlust von Nahrung, Flüssigkeiten oder Speichel aus dem Mund und/oder der Nase
- ▶ Speisereste im Mund
- ▶ Belegte, gurgelnde Stimme
- ▶ Erschwerte Atmung und/oder brodelnde Atemgeräusche während des Essens und Trinkens
- ▶ Lange Mahlzeitendauer
- ▶ Vermeidung von gewissen Nahrungskonsistenzen
- ▶ Würgen oder Erbrechen
- ▶ Gefühl des Steckenbleibens der Nahrung im Hals

Was sind weitere mögliche Anzeichen?

(indirekte Symptome)

- ▶ Lungenentzündung (Aspirationspneumonie)
- ▶ Verschleimung der Atemwege
- ▶ Wiederkehrende Atemwegsinfekte
- ▶ Unerwünschter Gewichtsverlust
- ▶ Unklare Temperaturerhöhungen

Was sind mögliche Folgen?

- ▶ Aspirations- und Erstickungsgefahr
- ▶ Mangelernährung
- ▶ Flüssigkeitsmangel
- ▶ Erhöhte allgemeine Infektanfälligkeit
- ▶ Einschränkung der Teilhabe und der Lebensqualität im Alltag



Was kann ich im Alltag tun?

- ▶ Auf eine ruhige Umgebung achten
- ▶ Aufrechte Körperposition einnehmen
- ▶ Auf guten Sitz der Zahnprothese achten
- ▶ Kleine Bissen zu sich nehmen
- ▶ Gut kauen
- ▶ Langsam essen
- ▶ Erst nach dem Schlucken sprechen
- ▶ Kräftig husten oder räuspern bei Bedarf
- ▶ Pausen einlegen während der Nahrungsaufnahme bei Ermüdung
- ▶ Nach dem Essen den Oberkörper für 20 Minuten möglichst aufrecht halten
- ▶ Gute Mundpflege inklusive Reinigung der Prothesen nach jeder Mahlzeit durchführen



Was machen spezialisierte Ärzt:innen und Therapeut:innen?

- ▶ Führen eine klinische Schluckuntersuchung durch und leiten bei Bedarf weitere diagnostische Schritte ein
- ▶ Gezielte apparative Diagnostik (z.B. endoskopische oder videofluoroskopische Schluckuntersuchung)
- ▶ Verfolgen das Ziel einer sicheren Nahrungsaufnahme über spezifische therapeutische Massnahmen (Schlucktraining, Einsatz von Schlucktechniken, Anpassung von Konsistenzen)
- ▶ Unterstützen eine bestmögliche Teilhabe im Alltag gemeinsam mit den involvierten Personen und Institutionen