



Die Schluckstörung (Dysphagie)

Der Mensch schluckt täglich ca. 600 bis 2.000 mal. Trotz der Vielzahl von Nerven und Muskeln, die am äußerst komplexen Schluckvorgang beteiligt sind, geschieht dies unbewusst. Aufmerksam wird man erst dann, wenn Schwierigkeiten im Ablauf auftreten.

Da in unserer Gesellschaft Essen und Trinken einen besonderen Stellenwert haben, sind Personen mit Schluckproblemen und deren Familien in ihrer Lebensqualität entschieden beeinträchtigt. Denn oft tritt an die Stelle des Genusses die Angst vor dem Verschlucken bzw. Schamgefühl verhindern die gemeinsame Nahrungsaufnahme.

Was ist eine Dysphagie?

Dysphagie heißt übersetzt Schluckstörung. Kennzeichen dafür sind Schwierigkeiten beim Transport von Nahrung, Flüssigkeiten oder Speichel vom Mund in den Magen.

Je nach Ausprägung kann es zu Folgeerscheinungen wie z.B. Mangelernährung, Austrocknen oder Lungenentzündung bei regelmäßiger Aspiration (Eindringen von Speichel oder Nahrung in die Luftröhre und in die Lunge) kommen.

Auftreten können Schluckstörungen im Rahmen vieler Erkrankungen des Gehirns oder nach Operationen im Kopf- und Halsbereich, aber auch als Veränderung der Speiseröhrenwand (z.B.: Divertikel).

Welche Symptome können auftreten?

Indirekte Hinweise:

- Ungewollte Gewichtsabnahme
- Verstärkte Verschleimung
- Verstärktes Husten
- Fieber unklarer Herkunft
- Haltungsänderung beim Schlucken
- Beeinträchtigung des Sprechvermögens
- Räusperzwang
- Fremdkörpergefühl im Hals
- Aufstoßen / Sodbrennen

Direkte Hinweise:

- Veränderung der Stimme
- Angst vor dem Schlucken
- Schmerzen beim Schlucken
- Ausspucken von Nahrung
- Erschwerte / verlängerte Nahrungsaufnahme
- Husten bei oder nach der Nahrungsaufnahme
- Steckenbleiben von Nahrung im Mund oder im Hals

Was sollen Sie als Betroffener beachten?

Jede Schluckstörung muss HNO-fachärztlich und/oder röntgenologisch abgeklärt werden, um die Störung und deren Ausmaß beurteilen und eine Aspiration ausschließen zu können. Nach eingehender Untersuchung wird dann über die Notwendigkeit weiterer Maßnahmen - wie z.B. einer logopädischen Schlucktherapie - entschieden.

- Mahlzeiten sollen unter Aufsicht eingenommen werden, dass bei Bedarf Hilfe da ist.
- Nach Möglichkeit eine aufrechte Sitzposition einnehmen und auf eine gute Kopfhaltung achten.
- Nehmen Sie sich beim Essen Zeit und sprechen Sie erst nach dem Schlucken wieder.
- Nur kleine Schlucke und Bissen in den Mund nehmen, feste Speisen immer gut kauen.
- Bei Bedarf öfter schlucken.
- Man sollte Nahrung in jener Konsistenz zu sich nehmen, die am leichtesten geschluckt werden kann.
- Flüssigkeiten bei Bedarf eindicken.
- Vermeiden von unterschiedlichen Konsistenzen (statt Suppen mit Einlage Cremesuppen) und Krümeligem (Kekse, ...).
- Bei Verschlucken oder Hustenreiz den Oberkörper nach vorne beugen, kräftig abhusten und **nicht** auf den Rücken klopfen.
- Nach dem Essen ca. 20 Minuten aufrecht sitzen bleiben.
- Festsitzende Zähne bzw. Prothesen sowie eine regelmäßige Mundpflege sind wichtig!

Was beinhaltet eine logopädische Therapie?

Nach umfassender Befunderhebung werden die entsprechenden, individuell abgestimmten Therapiemaßnahmen eingeleitet:

- Erklärung der anatomischen und physiologischen Grundlagen
- Befund- und Therapieplanbesprechung
- Verbesserung der Körperhaltung und der Körperspannung
- Verbesserung der am Schlucken beteiligten Muskulatur durch gezielte aktive und passive Methoden
- Diätetische Maßnahmen (z.B.: Änderung der Nahrungskonsistenz, ...)
- Erlernen von kompensatorischen Manövern
- Verbesserung der Ruhe- und Sprechatmung sowie der Stimmqualität

Literaturvorschläge

- BIGENZAHN, W. / DENK, D. (1999): Oropharyngeale Dysphagien. Thieme
- FRIEDRICH, G. / BIGENZAHN, W. / ZOROWKA, P. (2005): Phoniatrie und Pädaudiologie. Hans Huber Verlag
- HERBST-RIETSCHER, W. (2002): Dysphagie. Schluckstörungen nach Schlaganfall oder Schädel-Hirn-Trauma (SHT). Schulz-Kirchner Verlag GmbH
- SCHALCH, F. (1999): Schluckstörungen und Gesichtslähmung. Urban & Fischer

Zugunsten der einfacheren Lesbarkeit wurde im Text auf eine geschlechtergerechte Formulierung entsprechend den Regeln der deutschen Rechtschreibung verzichtet.

Dieses Informationsblatt möchte Grundlegendes vermitteln, individuelle Beratung bzw. spezifische logopädische Therapie erhalten Sie bei Ihrer behandelnden ÄrztIn bzw. einer LogopädIn.

Weitere Informationen erhalten Sie:

HNO-Univ.Klinik Graz
Klinische Abteilung für Phoniatrie / Logopädie
Auenbruggerplatz 26-28, 8036 Graz
Tel: 0316/385 2505
www.meduni-graz.at/phoniatrie

Das Informationsblatt wurde in Zusammenarbeit mit dem Landesverband Diplomierte LogopädInnen Steiermark und dem Bundesverband „logopädieaustria“ erstellt I: www.logopaediaustria.at .