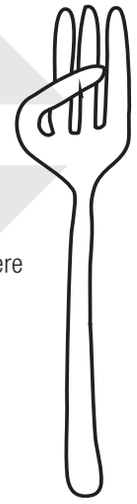
Wo bekomme ich Unterstützung?

- 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

© Schweizerische Gesellschaft für Dysphagie (SGD)