

ENTERALE ERNÄHRUNG

Wie bemerke ich Schluckbeschwerden?



Essen und Trinken ist Leben! Wenn eine bedarfsdeckende Ernährung oder Flüssigkeitsaufnahme über eine Ernährungssonde erfolgen muss, so sollte doch immer daran gedacht werden, dass eine zusätzliche orale Nahrungsaufnahme oder orale Stimulation zu einer deutlichen Verbesserung der Lebensqualität beitragen kann. Dies muss immer in Rücksprache mit dem Arzt geschehen und es gibt wichtige Punkte zum Schutz vor einer unbemerkten Aspiration (silent aspiration) zu beachten.

SELBSTVERSUCH

Versuchen nach folgenden Vorgaben zu schlucken: Mit offenem Mund, den Kopf nach hinten geneigt, den Kopf nach vorne geneigt, mit trockenem Mund, wenn sie die Beine nicht am Boden haben oder sie setzen sich ganz schief (wie sie es bei Ihren Klienten schon einmal gesehen haben) Merken Sie die Unterschiede?

- Herausfließen von Speichel aus dem Mund.
- Kein Schluckreflex sichtbar oder tastbar („leer schlucken“ bzw. Speichel schlucken lassen).
- gurgelndes Atemgeräusch
- Stimmveränderungen: raue, belegte, gurgelnde Stimme oder gar keine Stimme
- Vermeiden bestimmter Speisen und Getränke, verminderte Nahrungs-/Trinkmenge
- häufiges Verschlucken
- Kauschwäche
- Zugeführte Nahrung bleibt im Mund liegen oder fließt heraus.
- Husten/Räuspern vor, während und nach dem Schlucken.
- veränderte Haltung beim Schlucken
- Husten
- Kurzatmigkeit, Erstickungsanfälle
- Druckgefühl, Brennen, Schmerzen hinter dem Brustbein
- Angst

**50 - 60 % DER BETROFFENEN MENSCHEN HABEN KEINEN HUSTENREFLEX
→ STILLE ASPIRATION**

:

Ursachen für Schluckbeschwerden

- Bewegungseinschränkung (z. B. Zungen-, Lippen-, Rachen- u./o. Kehlkopfmuskulatur, Kopfhaltung)
 - Sensibilitätsstörungen (Mund, Rachen)
 - verminderte Reflexe (z. B. Husten- u./o. Schluckreflexe)
 - kognitive Einschränkungen (z. B. Vergessen zu Schlucken, Ablenkung, „Verschlingen“ von Essen)
 - zu trockener Mund
 - Schleimhautverletzungen im Mund, die oft stark schmerzen
 - Probleme mit den Zähnen
 - Nebenwirkungen von Medikamenten
- JE BEWEGLICHER DER KOPF UND JE WENIGER SPANNUNG IM SCHULTER-NACKEN-BEREICH IST, DESTO WENIGER SCHLUCKPROBLEME TRETEN AUF**

Tipps und Tricks

- Bereitstellen der „richtigen“ Kost: Konsistenz anpassen, z. B. mit Andickungsmittel.
- Mundschleimhäute anfeuchten, vor dem Essen trinken lassen.
- Esshilfen, z. B. gebogenes Besteck
- Kleine Portionen reduzieren den Leistungsdruck.
- Tabletten mit breiiger Kost schlucken lassen.
- Ausreichend Zeit lassen.
- Auf Lippenschluss achten, ggf. dabei unterstützen.
- bei Schlaganfall: Kopfneigung zur gesunden Seite
- Stimmprobe zwischendurch
- Nach dem Schlucken ggf. noch einmal „Nachschlucken“
- „Kühle“ oder sehr warme Nahrung wird oft besser wahrgenommen/geschluckt.
- „Säuerliches“ begünstigt die Speichelproduktion.
- Nach dem Essen mind. 15 Minuten aufrecht sitzen bleiben, bzw. den Oberkörper aufrecht halten.

Mit der richtigen Positionierung kann viel Sicherheit vermittelt werden:



Folgende Tipps beziehen sich auf einen orthopädisch und anatomisch unauffälligen Kunden. Bei schweren körperlichen Beeinträchtigungen ist eine individuelle Beratung durch eine Fachkraft dringend angeraten!

POSITIONIERUNG IM ROLLSTUHL/PFLEGESTUHL:

- Möglichst mittige, aufrechte Sitzposition anstreben.
- Kopf leicht nach vorne geneigt, ggf. mit Unterstützung eines kleinen Kopfkissens im Nacken.
- Becken möglichst waagrecht zu Boden und mittig in den Stuhl positioniert.
- Gesäß an der Rückenlehne anliegend.
- Möglichst Bodenkontakt der Füße; wenn die Füße auf Fußstützen aufstehen, dann bilden Ober- und Unterschenkel einen Winkel von 90 Grad.
- Mind. 2 cm Freiraum zwischen den Seitenteilen und zwischen der Sitzvorderkante zum Unterschenkel (Vermeidung von Druckstellen/Schmerzen).
- Beim Verstellen der Rückenlehne ggf. Anpassung der vorhandenen Kopfstütze in der Höhe erforderlich.



Wurde der Beckengurt vom Fachbetrieb einmal richtig eingestellt, sollte er nicht mehr verändert werden! Sollte beim Positionieren der Gurt nicht passen, dann zuerst die Sitzposition prüfen.

BEGURTUNG IM ROLLSTUHL:

- Gurte sollten grundsätzlich vom Fachbetrieb eingestellt werden.
- Richtig eingestellt ist der Gurt mit einem Abstand von 1 - 2 Fingerbreite zum Körper.
- Auf Sonden und Kanülen achten.
- Einsatz einer Weste/Leibchen nur in Verbindung mit einem Beckengurt (Strangulierungsgefahr, z. B. bei einem Anfall).
- D. h. zuerst Beckengurt anlegen, dann die Weste und umgekehrt zuerst Weste ablegen, dann Beckengurt.



Assist a Mediq company

assist GmbH • In der Bruchwies 10 • 66663 Merzig-Besseringen
www.assist.de • kundenservice@assist.de