



# VOEDINGSTIPS

## BIJ PERSONEN MET DEMENTIE

Slikken is een complex proces ter hoogte van de mond, keel en slokdarm. Tijdens dit proces wordt de luchtpijp afgesloten om te voorkomen dat er voeding of vocht in de luchtpijp of de longen terecht komt. Bij verslikken gebeurt deze beveiliging niet altijd of niet tijdig. Hierdoor is het mogelijk dat er voeding of vocht in de luchtpijp of longen belandt, waardoor ook het risico op een longontsteking toeneemt. In tegenstelling tot de verwachtingen gaat verslikken niet altijd gepaard met hoesten. Er zakt dan voeding of vloeistof af in luchtpijp of longen zonder dat dit merkbaar is voor de persoon en zijn omgeving. Andere problemen die zich kunnen voordoen zijn kauwproblemen, moeilijkheden met het verwerken van voedsel in de mond of problemen om het doorslikken te starten. Hieronder geven we een overzicht van mogelijke symptomen en adviezen bij kauw- en slikproblemen.

1

### Welke alarmsignalen kan u waarnemen?

Deze signalen kunnen wijzen op mogelijke slikproblemen en vragen om bijkomende observaties:

- Minder eten of drinken
- Weigeren te eten of te drinken
- Niet verklaarbare afkeer voor bepaald voedsel
- Maaltijden duren te lang
- Herhaalde longontstekingen
- Gewichtsverlies
- Dehydratatie
- Pijn bij het slikken

### Welke stoornissen kan u waarnemen?

- Welke stoornissen kunnen zich voordoen bij de verwerking in de mond?
  - Drank- of voedselverlies langs de lippen
  - Niet kunnen drinken aan glas
  - Hamsteren / er blijft voedsel achter in de mond
  - Niet of onvoldoende kunnen kauwen
  - Niet kunnen starten of stoppen met kauwen
  - Uitblijven of vertragen van slikinzet

- Welke stoornissen kunnen zich voordoen bij passage door de keel?
  - Te laat of onvolledig afsluiten van de luchtweg waardoor verslikken
  - Onvoldoende kunnen hoesten
  - Verslikken zonder hoesten
  
- Welke symptomen kunnen wijzen op verslikken?
  - Hoesten, kuchen
  - 'Natte stem'
  - Borrelende ademhaling
  - Onduidelijke spraak
  - Tranende ogen

### **Welke compenserende handelingen zijn mogelijk?**

- De consistentie van eten en drinken aanpassen
  - Zoek naar de meest geschikte aanpassing van de maaltijden
    - Vb. zachte voeding, gemixte voeding
  - Alle componenten van de voeding aanpassen
    - Vb. warme maaltijd, broodmaaltijd en tussendoortjes aanpassen
  - Dranken indikken
  
- Richtlijnen i.v.m. het voeden
  - Algemeen
    - Zorgvrager moet voldoende alert zijn
    - Zorgvrager stimuleren zoveel mogelijk zelf te doen
    - Zorgvrager goed positioneren
    - Rechtop, voeten gesteund
  - Hoe begeleiden?
    - Geef korte, duidelijke instructies
    - Laat eten of drinken actief afhappen
    - Observeer elke slik vooraleer een volgende hap of slok aan te bieden
    - Controleer op hamsteren
    - ...
  - Materiaal
    - Gebruik gewoon bestek en servies
    - Kies voor brede glazen en kopjes
    - Vermijd tuitbekers, rietjes, flesjes met sportdop. Deze geven meer risico op verslikken

### Doorverwijzing

Bij hardnekkige of ernstige kauw- en slikproblemen is diagnosestelling en begeleiding door een logopedist mogelijk.

Om terugbetaling van het ziekenfonds te vragen is een medisch attest vereist, opgesteld door een NKO-arts, geriater, neuroloog, internist... Dit attest dient vergezeld van het protocol van een FEES-onderzoek. Dit is een endoscopisch slikonderzoek dat verricht wordt door een NKO-arts in de praktijk of in het geriatisch dagziekenhuis.

*Bron: BOERJAN, S., Als eten een zorg wordt. Het maaltijdgebeuren bij personen met dementie, ACCO uitgeverij, 2013*