

Vragen

Indien je nog vragen hebt na het lezen van deze folder, aarzel dan zeker niet om meer informatie te vragen.

De contactgegevens van de logopedist vind je achteraan deze folder. Ook de huisarts, longarts, een NKO-arts of een logopedist uit jouw buurt kunnen je verder helpen.

Voor meer info raadpleeg:

Fleur Libert

Logopedist

055 33 66 79

✉ fleur.libert@azoudenaarde.be

Heb je nog vragen
of opmerkingen
over deze brochure?
We houden graag
rekening met
jouw suggesties!

AZ Oudenaarde vzw

Minderbroedersstraat 3, 9700 Oudenaarde

055 33 61 11

info@azoudenaarde.be

www.azoudenaarde.be



V.U.: AZ Oudenaarde

COPD EN SLIKSTOORNISSEN

Informatie voor patiënten

AZ OUDENAARDE
VZW



www.azoudenaarde.be

Ontstaan

Personen met Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD), een chronische long-aandoening, lopen een groot risico op het ontwikkelen van slikstoornissen. Dit is te wijten aan de link tussen ademhaling en slikken. Beide activiteiten maken namelijk gebruik van dezelfde mechanismen: mond en keel. Tijdens het slikken wordt de ademhaling automatisch even stopgezet zodat het voedsel niet naar de luchtpijp kan gaan. Dit vergt een goede coördinatie tussen ademhaling en slikken.

Personen met COPD hebben een afwijkend ademhalingspatroon waardoor het soms heel moeilijk is de ademhaling stop te zetten tijdens het slikken. Ook het ophoesten van voedsel of vloeistoffen die in de luchtpijp terecht gekomen zijn, wordt minder efficiënt.

Verschillende onderzoeken tonen aan dat 32% van de personen met COPD chronische slikproblemen hebben. Bij personen die een COPD-opstoot ondergaan, loopt dit getal op tot 88%. Het is bijgevolg uitermate belangrijk dat slikstoornissen tijdig opgemerkt en aangepakt worden.

Blijf niet bij de pakken zitten indien jij of jouw familielid problemen ondervindt. Er kunnen verschillende stappen ondernomen worden om het slikken veiliger en aangener te maken.

Hoe slikstoornissen herkennen?

Er zijn verschillende signalen die kunnen wijzen op problemen met het slikken. Hieronder enkele frequent voorkomende symptomen:

- ✓ Meer COPD-opstoten
- ✓ Dehydratatie
- ✓ Vermagering
- ✓ Verminderde eetlust
- ✓ Vermijden van bepaalde voeding en/of dranken
- ✓ Vermijden van bepaalde eetsituaties
- ✓ Oncomfortabel gevoel tijdens het eten en/of drinken
- ✓ Verslikken
- ✓ Nat, borrelig stemgeluid
- ✓ Pijn bij het slikken
- ✓ Het gevoel dat iets blijft steken in de keelholte

Heb jij of heeft jouw familielid last van één of meerdere symptomen, panikeer zeker niet. Raadpleeg de huisarts, longarts of een logopedist. Samen met hen kan je bekijken wat het probleem precies is en de beste oplossing vinden.

Doe dit van zodra je symptomen opmerkt. Hoe vroeger je het probleem aanpakt, hoe minder last je van de gevolgen zult ondervinden.

Tips voor personen met COPD

Hieronder worden enkele tips opgesomd die specifiek voor personen met COPD van toepassing zijn.

- ✓ Rust voor het eten
- ✓ Eet of drink wanneer je het minst buiten adem bent
- ✓ Zorg voor een goede positie: zit altijd rechtop tijdens het eten en drinken. Zorg ervoor dat je buikspieren zich vrij kunnen bewegen
- ✓ Eet meerdere keren per dag een kleine portie i.p.v. 1 grote maaltijd
- ✓ Bevochtig droog voedsel d.m.v. saus
- ✓ Eet kleine happen
- ✓ Drink niet aan één stuk door: pauzeer tussen elke slok
- ✓ Drink kleine slokken
- ✓ Slik bij elke hap of elke slok tweemaal
- ✓ Eet en drink rustig, neem de tijd voor elke maaltijd
- ✓ Vermijd het hoofd naar achter te brengen. Maak eventueel gebruik van een neusbeker
- ✓ Blijf na de maaltijd 20 tot 30 minuten rechtop zitten
- ✓ Pas bij een opstoot de voeding tijdelijk aan: dik dranken in, mix de voeding etc. Vraag eventueel advies aan de huisarts, longarts, een logopedist of diëtist
- ✓ Een goede mondhygiëne voor en na de maaltijd is heel belangrijk
- ✓ Gebruik enkel aangepaste materialen wanneer jou dit geadviseerd werd door een arts of hulpverlener