

Problemen met slikken bij COVID-19

U bent opgenomen in Máxima MC (MMC) vanwege (een verdenking op) het COVID-19 virus. Het oplopen van dit virus kan gepaard gaan met koorts en klachten aan de luchtwegen. Deze klachten kunnen onder andere zijn: neusverkoudheid, loopneus, niezen, hoesten, keelpijn, kortademigheid en longontsteking. Vanwege deze klachten kan benauwdheid optreden, waardoor de ademhaling ontregelt.

Tijdens het slikken wordt de ademhaling even gepauzeerd, hierdoor kan het gevoel van benauwdheid toenemen, dit heeft als gevolg dat de ademhaling verder wordt ontregeld. Bij deze ontregeling kunt u problemen krijgen met slikken, doordat het timen van slikken en daarna weer inademen moeilijker wordt door de benauwdheid. Daarnaast kan inspanning door bijvoorbeeld eten of drinken de benauwdheid verergeren. Als gevolg van deze klachten kan het voorkomen dat u zich vaker verslikt.

Het risico van verslikken

Hoesten is bij COVID-19 niet vreemd, de longen zijn namelijk aangetast door het virus. Hoesten kan ook een symptoom zijn van verslikken, mogelijk valt verslikken u daarom niet op. Vaak zijn niet alleen de longen aangedaan, maar is ook de spierkracht en snelheid bij slikken van eten en drinken afgenomen. Wanneer u zich verslikt in dranken of voeding, en het lukt niet om dit goed op te hoesten, kan het in de longen terecht komen. Dit kan een longontsteking als gevolg hebben.

Herkennen van slikproblemen

U of uw naasten kunnen slikproblemen herkennen aan één of meerdere van de volgende kenmerken:

- U moet hoesten/niezen;
- U voelt zich extra benauwd of wordt kortademig;
- Een 'borrelige' stem tijdens of na het eten;
- Overmatig speeksel/sputum in uw mond/keel;
- U heeft het gevoel dat voedsel/medicatie in uw slokdarm blijft steken;
- Eten, drinken en/of speeksel loopt uit uw mond of blijft achter in de mond;
- U bent minder verstaanbaar of heeft een ongebruikelijk hese stem;
- U heeft moeite met kauwen.

De informatie in deze folder is van algemene aard en is bedoeld om u een beeld te geven van de zorg en voorlichting die u kunt verwachten. In uw situatie kunnen andere adviezen of procedures van toepassing zijn. Deze folder is dan ook slechts een aanvulling op de specifieke (mondelinge) voorlichting van uw specialist of behandelaar.

Aanpassingen aan uw voeding

Als er sprake is van een slikprobleem zal de logopedist in overleg met uw arts en de diëtist uw voeding aanpassen. Dit aangepaste dieet verkleint het risico op verslikken.

Aangepaste voeding wil zeggen dat er bepaalde voedingsmiddelen zijn die u tijdelijk niet mag eten/drinken of in een andere consistentie aangeboden krijgt (bijvoorbeeld verdikte dranken of gemalen voeding).

Adviezen voor veilig slikken

We zullen u een aantal tips meegeven die de kans op verslikken kunnen verkleinen:

- Zit altijd goed rechtop tijdens het eten/drinken;
- Eet/drink enkel wanneer u er met uw aandacht goed bij bent, neem uw tijd;
- Neem kleinere happen en slokken dan voor u gebruikelijk;
- Breng de kin tijdens het slikken wat naar de borst;
- Zorg dat u goed naslikt;
- Zijn er tekenen van verslikken, probeer goed te hoesten en na te slikken. Stop hierna zo nodig met eten/drinken;
- Drink niet uit een rietje en/of tuitbeker;
- Heeft u minder eetlust, verdeel uw voeding over meerdere momenten.