

## **Kriterien für Schluckdiagnostik nach Protokoll**

**Nach Daniels et al. (1997 Americ. Journal  
of Speech Language Pathology 6)**

**sind das Auftreten von 2 oder mehr  
klinischen Zeichen aus folgender Gruppe  
von 6 Prädikatoren:**

**Dysphonie**

**Dysarthrie**

**Abnormaler willkürlicher Husten**

**Husten direkt 60 s nach dem  
Schlucken**

**Abnormaler Würgereflex**

**Veränderung der Stimme direkt 60 s  
nach dem Schlucken**

**ein deutlicher Hinweis auf das  
Vorhandensein einer mittleren bis  
schweren Schluckstörung bei akuten  
Schlaganfallpatienten**

## Anamneseerhebung

- Fremd und –  
Eigenanamnese
- Gewichtsverlust
- Häufige entzündliche  
Erkrankungen der  
Atemwege
- Fieberschübe
- Stimmveränderungen
- Verzicht auf  
bestimmte Speisen
- Dauer der  
Nahrungsaufnahme  
verändert
- Lustlosigkeit beim  
Essen

- Haltungshintergrund
- Alignement, Kieferkontrollgriff
- Corestabilität
- LIN – [www.lin-arge.de](http://www.lin-arge.de)

# Management

- Lagerung und Positionierung
- Adaption
- Konsistenzanpassung
- Wahrnehmung - enriched environments

## **ESSREGELN**

IAblenkungsreize wie z.B. Fernsehen oder Radio sollten abgestellt werden!

IDer Schluckpatient muss eine aufrechte Sitzposition einnehmen!

I Hilfsmittel wie z.B. eine rutschfeste Unterlage, ein Sitzkissen oder ein Merkblatt mit Schlucktechniken bereitlegen!

ISpeichelansammlungen durch Ausspucken oder Räuspern sowie anschließendes Schlucken entfernen!

IKeine Unterhaltung mit dem Betroffenen führen, denn Ablenkungen können zum Verschlucken führen!

IGeeignetes Besteck wählen: am besten geeignet sind Tee- oder Esslöffel (mit dem behandelnden Sprachtherapeuten abklären)!

IDen Löffel nicht zu voll laden (ca. einen halben Löffel)!

ISollte der Betroffene nur schwer in der Lage sein, das Besteck zum Mund zu führen, so ist es am Anfang sinnvoll, dabei zu helfen!

IDas Esstempo dem speziellen Schluckproblem und/oder der Tagesform anpassen!

IDen Betroffenen vor jedem Bissen oder Schluck zur Konzentration anhalten!

IDer Betroffene sollte gut kauen – der Mund muss dabei geschlossen sein!

IDer Mund muss leer sein, bevor eine neue Portion aufgenommen wird!

IGeeignetes Trinkgefäß verwenden (mit Sprachtherapeut abklären)!

I Beim Trinken nach jedem Schluck das Trinkgefäß abstellen und kurze Pause einlegen!

IAuch beim Essen Pausen einlegen, damit sich die Schluckmuskulatur erholen kann!

I Husten ist ausdrücklich erlaubt, auch in der Öffentlichkeit, denn es ist ein wichtiger Schutzmechanismus um eine Aspiration zu vermeiden!

INach der Nahrungsaufnahme sollte der Betroffene möglichst eine halbe Stunde sitzen bleiben, damit auch die letzten Essensreste geschluckt werden oder Reste in der Speiseröhre nicht in die Luftröhre gelangen!

IDas Entfernen von Nahrungsresten aus der Mundhöhle und die anschließende Mundpflege sollten abschließend nach den Mahlzeiten zur Pflicht werden!

### ***Empfohlene Körperhaltung***

Der Betroffene sollte mit geradem Oberkörper auf einem bequemen Stuhl sitzen

Die Füße des Patienten sind hüftbreit nebeneinander mit der ganzen Fläche auf den Boden gestellt

Der Kopf ist leicht nach vorn gebeugt; dieses sollte bei Patienten mit eingeschränkter Kopfkontrolle mit Hilfe einer Nackenstütze erfolgen

Am Rücken platzierte Kissen können dem Betroffenen die Sitzhaltung erleichtern

Bei bettlägerigen Patienten ist auf eine möglichst aufrechte Sitzposition im Bett zu achten; auch hier sollten Kissen zur Unterstützung eingesetzt werden

Während der Nahrungsaufnahme sollten Pausen zur Erholung eingelegt werden; dabei kann sich der Patient gemütlich anlehnen; Essen und Trinken während der Erholungsphase sind nicht angebracht

Nach der Nahrungsaufnahme sollte der Patient noch 30 Minuten in der Sitzposition verbleiben, damit auch die letzten Nahrungsreste vernünftig abgeschluckt werden können und kein Reflux entsteht

# Geeignete Hilfsmittel



**Schluckkostformen**  
**(in Anlehnung an die Arbeitsgruppe Dysphagie Ostthüringen)**

**Schluckkost 1a: breiig-glatte Kost ohne Milchanteile in den Speisen**

Obstpüree  
Gut zerdrückte reife Banane  
Kartoffelpüree  
Gemüsepüree  
Fleischnüree  
Suppen breiig, glatt und nie dünner als die Art der Getrankekonsistenz

Alle Pürees als homogene Masse ohne Stückchen und ohne sich absetzende flüssige Anteile

**Schluckkost 1b: breiig-glatte Kost mit Milchanteilen in den Speisen**

s. Schluckkost 1a  
und  
Grießbrei  
Pudding  
Quark, cremig, mit Joghurt angereichert  
Joghurt ohne Fruchtstücke

Alle Pürees als homogene Masse ohne Stückchen und ohne sich absetzende flüssige Anteile



## **Schluckkost 2: weich, püriert**

### **Frühstück und Abendessen:**

Obstpüree, Apfelmus  
Quark, cremig, mit Joghurt angereichert  
Joghurt ohne Fruchtstücke  
Pudding  
Weiches Brot ohne Rinde  
Glatte Streichwurst  
Glatte Frischkäse  
Parfait  
Gelee

### **Mittagessen**

Kartoffelpüree  
Weiche Kartoffeln  
Stärkeklöße  
Fleischpüree  
Gemüse – Möhren, Broccoli, Zucchini (alles weich gekocht, d.h. am Gaumen zerdrückbar)  
Gebundene glatte Soßen  
Grießbrei  
Suppen breiig, glatt und nie dünner als die Art der Getränkekonsistenz

### **Zwischenmahlzeit**

Püriertes Obst  
Quark, cremig, mit Joghurt angereichert  
Joghurt ohne Fruchtstücke  
Pudding  
Rote Grütze, glatt  
Schlagsahne  
Frisches Obst: Banane

- 1 Kuchen glatt, feucht, ohne Stücke, ohne Nüsse usw. (z.B. Quarkkuchen ohne Boden)

## Schluckkost 3: Übergangskost

### **Frühstück und Abendessen**

Weiß- und Mischbrot mit weicher Rinde  
Streichbelag ohne Stücke, Körner, Kräuter usw.  
Gelee, Marmelade, Pflaumenmus, Honig, Nougatcreme  
Glatter weicher Schnittkäse  
Glatter weicher Camembert  
Glatter weicher Wurstaufschnitt  
Weichgekochte Eier

### **Mittagessen**

Suppe sämiger, mit weichen Stücken  
Kartoffelbrei, -klöße, Kartoffeln  
Breite Nudeln oder Spirelli (große Teigwaren)  
Fleisch:

- weiches Kalb-, Schweine- oder Geflügelfleisch
- Würstchen ohne Haut

Fisch Filet oder Kochfisch ohne Gräten und nicht paniert  
Gemüse Möhren, Blumenkohl, Broccoli, Kohlrabi, Spinat (alles weich gekocht)  
Grießbrei  
Hefeklöße mit Butter und Zucker

### **Zwischenmahlzeiten**

Quark, Joghurt, Pudding (aber ohne Körner, Nüsse, Streusel, Kräuter usw.)  
Eis, glatt  
Rote Grütze, glatt  
Püriertes Obst  
Dünstkompott ohne Saft  
Weicher Kuchen und Torte ohne Nüsse, Kerne, kleine, harte Stücke, Rosinen usw.  
Frisches Obst

- Bananen
- Reife Birnen (geschält, entkernt)
- Pfirsich

## **Schluckkost 4: angepasste Normalkost**

### **Frühstück**

Brot mit Rinde  
Helle Brötchen  
Toastbrot  
Streichbelag, Camembert, Schnittkäse  
Wurstaufschnitt  
Marmelade, Mus, Gelee, Honig, Nougatcreme  
Weichgekochte Eier  
Rührei

### **Mittagessen**

Suppe sämig, mit weichen Stücken  
Kartoffelbrei, -klöße, Kartoffeln  
Breite Nudeln oder Spirelli (breit), Spätzle, Semmelknödel  
Fleisch:

- weiches Kalb-, Schweine- oder Geflügelfleisch
- Würstchen ohne zähe Pelle

Gemüse

- Möhren, Blumenkohl, Broccoli, Kohlrabi, Spinat, Schwarzwurzel, Fenchel, Auberginen (alles weich gekocht)
- Tomaten, abgezogen und ohne Kerne
- Gurke ohne Schale und Kerne

Rührei  
Grießbrei, Reisbrei  
Hefeklöße mit Butter und Zucker

### **Zwischenmahlzeiten**

Quark, Joghurt, Pudding (aber ohne Körner, Nüsse, Streusel, Kräuter usw.)  
Eis (aber ohne Körner, Nüsse, Streusel, Kräuter usw.)  
Rote Grütze, Götterspeise  
Püriertes Obst  
Dünstkompott  
Weicher Kuchen und Torte ohne Nüsse, Kerne, kleine, harte Stücke, Rosinen usw.  
Frische Obst Bananen

- Reife Birnen / Apfel (geschält, entkernt)
- Pfirsich, Kiwi, Erdbeere, Papaya, Melone ohne Kerne bzw. Steine

Ernährung bei Schluckstörung ; eine  
Sammlung von Rezepten die das Schlucken  
erleichtern;  
G.D. Borasio / I.M. Husemeyer  
Kohlhammerverlag

