

# Kau- und Schluckbeschwerden

## Information

Ursachen für Kau- und Schluckbeschwerden können Entzündungen, Mundtrockenheit, Lähmungen von Muskeln und/oder Nerven sowie Schwellungen sein.

Kau- und Schluckstörungen können im Rahmen der Tumorthherapie (Operation, Chemotherapie, Strahlentherapie) noch über ein Jahr nach Therapieende andauern.

### Auf was muss ich achten?

- auf ständiges Verschlucken/Husten bei der Nahrungsaufnahme
- auf ein Kloßgefühl im Hals und extrem langes Kauen
- auf ein Fremdkörpergefühl im Hals
- auf den Verbleib von Nahrungsresten in den Wangentaschen
- auf ungewollten Gewichtsverlust als Folge geringer Nahrungszufuhr

### Was kann ich selbst tun?

- Passen Sie Ihre Ernährung an die bestehenden Beschwerden an.
- Meiden Sie bröselige oder trockene Speisen.
- Kleingeschnittenes und Weichgekochtes rutscht besser.
- Achten Sie darauf, dass die Speisen nicht zu heiß sind.
- Verwenden Sie ggf. einen Trinkhalm.
- Nehmen Sie kleine Portionen in den Mund.
- Achten Sie auf eine aufrechte Körperhaltung bei der Nahrungsaufnahme.
- Behalten Sie die aufrechte Position nach dem Essen noch etwas bei.

- Kauen Sie die Nahrung gut durch.
- Nehmen Sie evtl. passierte/breiige Speisen zu sich (z.B. Cremesuppen, Kartoffelpüree, Pudding, „Astronautenkost“, ggf. industriell gefertigte Säuglingsnahrung).
- Flüssigkeiten können ggf. mit speziellen Pulvern (aus der Apotheke) angedickt werden.
- Nehmen Sie sich Zeit, konzentrieren Sie sich auf das Essen.
- Führen Sie nach dem Essen eine gründliche Mundpflege durch.
- Führen Sie bei Operationen im Mund-/Halsbereich evtl. nach Anleitung von Logopäden ein Schlucktraining durch.

### Wann informiere ich Pflegende/Ärzte?

- Sobald Kau- und Schluckstörungen auftreten.
- Wenn bei ständigem Verschlucken die Nahrungsaufnahme eingeschränkt ist.