Urheberrechtlich geschütztes Material. Copyright: Schulz-Kirchner Verlag, Idstein. Vervielfältigungen jeglicher Art nur nach vorheriger schriftlicher Genehmigung des Verlags gegen Entgelt möglich. info@schulz-kirchner.de

Christiane Lücking,
Sabina Hotzenköcherle

Schluckstörung – und jetzt?

Ein Ratgeber für Betroffene von neurologisch bedingter Dysphagie, Angehörige und das Behandlungsteam

Christiane Lücking,
Sabina Hotzenköcherle

Yutma Bozukluğu – ne yapmalı?

Nörolojiye bağlı disfaji hastaları, yakınları ve tedavi ekibi için bir rehber

Urheberrechtlich geschütztes Material. Copyright: Schulz-Kirchner Verlag, Idstein. Vervielfältigungen jeglicher Art nur nach vorheriger schriftlicher Genehmigung des Verlags gegen Entgelt möglich. info@schulz-kirchner.de

Urheberrechtlich geschütztes Material. Copyright: Schulz-Kirchner Verlag, Idstein. Vervielfältigungen jeglicher Art nur nach vorheriger schriftlicher Genehmigung des Verlags gegen Entgelt möglich. info@schulz-kirchner.de

Christiane Lücking,
Sabina Hotzenköcherle

Schluckstörung – und jetzt?

Ein Ratgeber für Betroffene von neurologisch bedingter Dysphagie, Angehörige und das Behandlungsteam

Christiane Lücking,
Sabina Hotzenköcherle

Yutma Bozukluğu – ne yapmalı?

Nörolojiye bağlı disfaji hastaları, yakınları ve tedavi ekibi için bir rehber

Das Gesundheitsforum
Schulz-Kirchner Verlag

Urheberrechtlich geschütztes Material. Copyright: Schulz-Kirchner Verlag, Idstein. Vervielfältigungen jeglicher Art nur nach vorheriger schriftlicher Genehmigung des Verlags gegen Entgelt möglich. info@schulz-kirchner.de

Bibliografische Information der Deutschen Bibliothek
Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über http://dnb.ddb.de abrufbar.

Die Informationen in diesem Ratgeber sind von den Verfasserinnen und dem Verlag sorgfältig erwogen und geprüft, dennoch kann eine Garantie nicht übernommen werden. Eine Haftung der Verfasserinnen bzw. des Verlages und seiner Beauftragten für Personen-, Sach- und Vermögensschäden ist ausgeschlossen.

Besuchen Sie uns im Internet:
www.schulz-kirchner.de

1. Auflage 2014
ISBN 978-3-8248-1174-8
eISBN 987-3-8248-0957-8
Alle Rechte vorbehalten
© Schulz-Kirchner Verlag GmbH, 2014
Mollweg 2, D-65510 Idstein
Vertretungsberechtigte Geschäftsführer:
Dr. Ullrich Schulz-Kirchner, Nicole Haberkamm
Titelfoto: Photo_Ma/fotolia.com
Lektorat: Doris Zimmermann
Umschlagentwurf und Layout:
Petra Jeck/Susanne Koch
Druck und Bindung:
TZ-Verlag & Print GmbH, Bruchwiesenweg 19, 64380 Roßdorf
Printed in Germany

Önünüzdeki bu yayını Alman Kütüphanesinin Alman Ulusal Bibliyografya'sında kayıtlıdır. Ayrıntılı bibliyografik veriler internet sayfası http://dnb.ddb.de' de mevcuttur.

Bu rehberdeki bilgiler yazarlarımız ve yayınevi tarafından dikkatle gözden geçirilmiş ve denetlenmiştir. Ancak buna rağmen bir garanti vermek mümkün değildir. Bundan dolayı Yazarların veya Yayınevinin ve onun temsilci kişilerinin şahısların mal ve mali zararlarının sorumluluğunu alması mümkün değildir.

Bizi internette www.schulz-kirchner.de sayfasında ziyaret edin.

1. baskı 2014
ISBN 978-3-8248-1174-8
eISBN 987-3-8248-0957-8
Bu eserin bütün hakları saklıdır.
© Schulz-Kirchner Verlag GmbH, 2014
Mollweg 2, D-65510 Idstein
Yetkili Temsilci genel müdür:
Dr. Ullrich Schulz-Kirchner, Nicole Haberkamm
kapak resmi: Photo_Ma/fotolia.com
Okutmanlık: Doris Zimmermann
Kapak tasarımı ve Layout:
Petra Jeck/Susanne Koch
Baskı ve cilt:
TZ-Verlag & Print GmbH, Bruchwiesenweg 19, 64380 Roßdorf
Printed in Germany

Urheberrechtlich geschütztes Material. Copyright: Schulz-Kirchner Verlag, Idstein. Vervielfältigungen jeglicher Art nur nach vorheriger schriftlicher Genehmigung des Verlags gegen Entgelt möglich. info@schulz-kirchner.de

Inhaltsverzeichnis

Dank 6

Vorwort 7

Einleitung 10

1 Was ist eigentlich wo? 13

2 Schlucken – nichts Besonderes? 14

3 Wenn bei Ihnen das Schlucken nicht mehr klappen will ... 19

4 Diagnostische Möglichkeiten 25
4.1 Schnelltest 25
4.2 Umfassende Befunderhebung 26
4.3 Bildgebende Untersuchung 28

5 Therapiemöglichkeiten 31
5.1 Medikamentöse Therapie 32
5.2 Operative Eingriffe 33
5.3 Mundpflege 33
5.4 Alternative Ernährung: Sondennahrung, die Sie nicht schlucken müssen ... 35
5.5 Einsatz von Trachealkanülen 36
5.6 Funktionelle Schlucktherapie 38

Literatur und Links 55
Literatur 55
Hilfreiche Links 56

İçindekiler

Teşekkürler 6

Önsöz 7

Giriş 10

1 Aslında ne nerede? 13

2 Yutmak - zor değil? 14

3 Sizde yutmak mümkün değilse ... 19

4 Tanı olanakları 25
4.1 Kısa test 25
4.2 Geniş kapsamlı muayene 26
4.3 Görüntülü muayene 28

5 Terapi seçenekleri 31
5.1 Ilaç tedavisi 32
5.2 Cerrahi müdaheleler 33
5.3 Ağız bakımı 33
5.4 Alternatif beslenme: Yutmanız gerekmeyen sonda beslenme ... 35
5.5 Trakea kanülü kullanımı 36
5.6 Fonksiyonel yutma tedavisi 38

Literatür ve linkler 55
Literatür 55
Yardımcı linkler 56

Urheberrechtlich geschütztes Material. Copyright: Schulz-Kirchner Verlag, Idstein. Vervielfältigungen jeglicher Art nur nach vorheriger schriftlicher Genehmigung des Verlags gegen Entgelt möglich. info@schulz-kirchner.de

Dank

An Heike Borr und an alle Beteiligten, die uns mit Begeisterung Modell gestanden haben.

An Hans Schwegler für wertvolle Kommentare und Fotos.

An die Mitglieder des Bundesverbandes „Klinische Linguistik e. V.“, die an unserer E-Mail-Befragung teilnahmen und bereitwillig und umfassend Auskünfte darüber gaben, auf was es ihnen in einem Dysphagieratgeber am meisten ankommt.

An Mario Prosiegel, alle mehrsprachigen Therapeuten und unsere Übersetzer.

An Ingrid Adamer, Stefan Ege-Dustmann, Hans-Joachim Koch, Evi Blaschek.

An das gesamte Team des Schulz-Kirchner Verlags.

An Andy, Nuria und Peter.

Teşekkürler

Heike Borr’a ve bizim için severek modellik yapan tüm elemanlara.

Değerli yorumları ve resimleri için Hans Schwegler’e.

E-Mail anketimize katıldıkları ve bir disfaji rehberinin en çok neleri içermesi gerektiği konusunda gönüllü ve geniş kapsamlı bilgilder verdikleri için „Federal Klinik Dil Bilimcileri Derneği“ üyerlerine.

Mario Prosiegel’e, çok dilli terapistlere ve çevirmenlerimize.

Ingrid Adamer‘e, Stefan Ege-Dustmann‘a, Hans-Joachim Koch‘a, Evi Blaschek‘e.

Schulz-Kirchner Yayınevi‘nin tüm ekibine.

Andy’ye, Nuria’ya ve Peter’e ve diğer emeği geçen herkese teşekkürü bir borç biliriz.

Urheberrechtlich geschütztes Material. Copyright: Schulz-Kirchner Verlag, Idstein. Vervielfältigungen jeglicher Art nur nach vorheriger schriftlicher Genehmigung des Verlags gegen Entgelt möglich. info@schulz-kirchner.de

Vorwort

In den sogenannten D-A-CH-Staaten Deutschland (D), Österreich (A) und der Schweiz (CH) leben ungefähr achteinhalb Millionen ausländische Mitbürger, die nicht aus dem deutschen Sprachraum stammen, sowie noch mehr Menschen mit Migrationshintergrund. Krankheiten, Behinderungen und Störungen von Körperfunktionen betreffen sie in gleichem Maße wie die einheimische Bevölkerung. Betrachtet man neurogene Dysphagien (durch neurologische Erkrankungen verursachte Schluckstörungen), so kommen sie allein beim Schlaganfall – der häufigsten Ursache – in der Akutphase bei etwa 50 % der Betroffenen vor; hinzu gesellen sich andere zentral- und peripher-nervöse Erkrankungen, Muskelkrankheiten und sonstige Dysphagieursachen. Aus eigener Erfahrung weiß ich, wie schlimm es ist, wenn man einen ausländischen Mitbürger als Patienten betreuen möchte, es aber an der Sprachbarriere scheitert. Gerade in der Schlucktherapie nützt es in derartigen Situationen wenig, wenn ein Angehöriger „dolmetschen" kann, denn die Anleitungen eines Sprachtherapeuten/Logopäden werden dadurch nicht ersetzt. Auch der Verweis auf die Notwendigkeit, die deutsche Sprache möglichst perfekt zu erlernen, hilft da nicht viel weiter; die schlucktherapeutischen Verfahren sind nämlich selbst einem nativ Sprechenden oft schwer genug zu vermitteln.

Önsöz

D-A-CH ülkelerinde, yani Almanya'da (D), Avusturya'da (A) ve Isviçre'de (CH) aşagı yukarı sekiz buçuk milyon yabancı vatandaş, yani alman diline sahip olmayan, ve daha çok göçmen insan yaşıyor. Yabancı uyrukulu vatandaşları, Alman vatandaşları gibi, hastalıklar, özurlülükler ve vücut fonksiyonu rahatsızlıkları ayni düzeyde etkiliyor.

Nörolojik disfajiye baktığımız zaman (nörolojik sebeplerden kaynaklanan yutma bozukluğu) sadece inmeden dolayı - akut dönemde en sık rastlanan neden - hastaların yüzde ellisinde yutma bozukluğu görülür. Bunun yanı sıra başka santral ve perifer sinir hastalıkları, kas hastalıkları ve diğer yutma bozukluğuna yol açan hastalıklar eklenebilinir.

Kendi tecrübemden dolayı yabancı uyruklu hastaları tedavi etme durumunda ne gibi dil sebeplerden kaynaklanan zorluklar yasandığını biliyorum. Yutma bozuklukları terapisinde bu durumlarda hastanın yakınları tercümanlık yapabilmesi çok faydalı olmuyor, çünkü bir tercüme terapistin/logopedin talimatlarının yerini tutmuyor. Alman dilini çok iyi öğrenmek gerekçesini hatırlatmak da çok faydalı olmuyor, çünkü yutma bozukluklarının yöntemlerini ana dili Almanca olan bir hastaya anlatmak aynı zamanda yeterince zor.

Urheberrechtlich geschütztes Material. Copyright: Schulz-Kirchner Verlag, Idstein. Vervielfältigungen jeglicher Art nur nach vorheriger schriftlicher Genehmigung des Verlags gegen Entgelt möglich. info@schulz-kirchner.de

Schließlich handelt es sich um einen Vorgang, der üblicherweise ohne Nachdenken „automatisch" abläuft; und jetzt muss man ihn in Form mehr oder weniger schwieriger Übungen oder kompensatorischer Ersatzstrategien auf einmal bewusst durchführen – zumindest bis zu dem Zeitpunkt, wo es sich hoffentlich wieder „einschleift".

Deshalb finde ich es eine exzellente Idee, unseren von einer Dysphagie betroffenen ausländischen Mitbürgern und deren Bezugspersonen mit dem vorliegenden Ratgeber-Konzept zu helfen. In den in den D-A-CH-Staaten häufigsten Sprachen werden die wichtigsten Begriffe erklärt und schlucktherapeutische Verfahren so bildhaft erläutert, dass es den Betroffenen leichter fällt, mit ihrer Schluckstörung umzugehen bzw. den einzelnen Störungskomponenten möglichst wirksam entgegenzutreten. Auch ist es psychologisch von unschätzbarem Wert, dass es diesen Ratgeber gibt: Dadurch spüren die ausländischen Mitbürger, dass sie ernst genommen werden – gleichwertig zu uns Einheimischen – sowohl als integrierte Personen als auch in ihrer Rolle als Patienten.

Als 1. Vorsitzender und im Namen der Deutschen interdisziplinären Gesellschaft für Dysphagie (DGD) möchte ich daher Frau Christiane Lücking und Frau Sabina Hotzenköcherle danken und ihnen zu ihrem gelungenen Unterfangen gratulieren – verbunden mit der Bitte, den Inhalt des Ratgebers auch in Zukunft fortzuschreiben. Den betroffenen ausländischen Mitbürgern

Yutmak genellikle düşünmeden „otomatik şekilde" oluşan bir işlem ve yutma mekanizmasını düzeltmek için kolay veya zor egzersizlerle ve kompense stratejilerle bilinçli bir şekilde uygulayarak kontrol edilmesi gerekiyor – en azından yutma işlemin yine otomatik şekilde oluşana kadar.

Bu nedenle yutma bozukluğu tespit edilen yabancı vatandaşlarımıza ve onların yakınlarına önümüzdeki rehber ile yardımcı olma fikrini çok iyi buluyorum. D-A-CH ülkelerinde en yaygın konuşulan dillerde yayınlanacak olan rehberde en önemli kelimeler/terimler ve terapi yöntemleri anlaşılır bir dilde açıklanmaktadır. Bu şekilde hastalar yutma bozukluklarıyla daha iyi bir şekilde yaşamasında ve ayrıntılı bozukluklarla mümkün oldukça etkili bir şekilde başa çıkmalarında yardımcı olacaktır.

Psikolojik sebepten dolayi da rehberin yayınlanması çok önemli: yabancı uyruklu vatandaşlarımız böylece ciddiye alındıklarını ve yerli vatandaşlardan farksız olduklarını hissedeceklerdir, hem integre olmuş vatandaş olarak hem de hasta rolünde olarak.

Birinci başkanı olarak ve Disiplinlerarası Disfaji Derneği'nin (DGD) adına bayan Christiane Lücking'e ve Sabrina Hötzenköcherle'ye teşekkür etmek ve başarılı girişimlerinden dolayı tebrik etmek istiyorum. Buna bağlı bir dilek olarak rehberin içeriğini güncelleştirmek

Urheberrechtlich geschütztes Material. Copyright: Schulz-Kirchner Verlag, Idstein. Vervielfältigungen jeglicher Art nur nach vorheriger schriftlicher Genehmigung des Verlags gegen Entgelt möglich. info@schulz-kirchner.de

und ihren Bezugspersonen wünsche ich trotz ihres jeweils speziellen Handicaps viel Spaß bei der Lektüre und vor allem ein hohes Maß an Motivation, die störungsspezifischen Verfahren neu zu erlernen und wieder ein Höchstmaß an Selbstständigkeit bei der Nahrungs- und Flüssigkeitszufuhr zu erlangen.

In diesem Sinne hoffe ich, dass der Ratgeber weite Verbreitung findet und auf hohe Akzeptanz bei den Betroffenen stößt.

Mario Prosiegel, München

amacıyla gelecekte yazmaya devam etmelerini diliyorum. Yabancı vatandaşlarımıza ve yakınlarına kişisel özel hastalıklarına rağmen rehberi okurken faydalı bilgiler edinmelerini ve tedavi tekniklerini öğrenmekte motivasyon ve olabildiğince bağımsız şekilde yemek yemelerini ve içecekler almalarını diliyorum.

Bu anlamda rehberin geniş kitleye ulaşmasını ve ilgili kişiler tarafından kabul edilmesini diliyorum.

Mario Prosiegel, Münih

Dr. med. Mario Prosiegel, Chefarzt der Abteilung für Neurologie & Neuropsychologie, Leiter des Zentrums für Schluckstörungen m&i–Fachklinik Bad Heilbrunn,
1. Vorsitzender der Deutschen interdisziplinären Gesellschaft für Dysphagie (DGD)

Dr. med. Mario Prosiegel, Nöroloji ve Nöropsikoloji Bölümün Baş Hekimi, m&i Kliniği Bad Heilbrun'un Yutma Bozuklukları Ünitenin yöneticisi, Alman Disiplinlerarasi Disfaji Derneği'nin (DGD) 1. başkanı

Urheberrechtlich geschütztes Material. Copyright: Schulz-Kirchner Verlag, Idstein. Vervielfältigungen jeglicher Art nur nach vorheriger schriftlicher Genehmigung des Verlags gegen Entgelt möglich. info@schulz-kirchner.de

Einleitung

Liebe Leserin, lieber Leser,

bei Ihnen oder bei jemandem, der Ihnen nahesteht, wurde eine Schluckstörung – eine Dysphagie – festgestellt und eine Behandlung hat gerade begonnen.

Das Essen und Trinken funktioniert nicht mehr wie gewohnt. Vielleicht dürfen Sie bzw. die Ihnen vertraute Person zurzeit gar nichts zu sich nehmen oder nur wenige ausgesuchte Speisen und Getränke. Das Schlucken kann mühsam sein. Es erfordert vielleicht ganz besonders viel Konzentration oder klappt nur mit einer speziellen Technik. Essen und Trinken bereitet Ihnen bzw. der Ihnen nahestehenden Person im Moment keine Freude, sondern ängstigt Sie vielleicht sogar. Bisher Gewohntes und Vertrautes sind komplett auf den Kopf gestellt – eine große Belastung für alle Beteiligten.

Jedoch sind Sie bzw. Ihr Partner/Angehöriger mit der Schluckstörung nicht allein. Betrachtet man z. B. nur die Bevölkerung Deutschlands, so sind allein hier etwa fünf Millionen Menschen von einer Schluckstörung betroffen. Das sind etwa 7 % aller Landesbewohner, und die Anzahl der Dysphagiepatienten nimmt ständig zu.
Eine Schluckstörung kann aber behandelt werden. Es gibt dafür besonders geschulte Fachleute. Gerade weil das Schlucken überwiegend unsichtbar abläuft, braucht

Giriş

Değerli okuyucular,

size veya sizin yakınlarınızdan birine yutma bozukluğu – yani disfaji – teşhisi konulmuş ve tedavisi henüz başlamış olabilir.

Bu durumda yemek yemek ve içmek her zaman alışılageldiği gibi normal yollardan olmaz. Belki siz veya sizin yakınlarınızdan biri şu an hiçbirşey yiyip, içemiyor yada sadece belirli şeyleri yiyip, içiyor olabilir. Yutmak böyle bir durumda çok yorucu olur ve özel bir konsantrasyon gerektirebilir veya sadece belirli bir teknikle mümkün olabilir. Şu anda yemek yemek ve içmek size veya sizin yakınlarınızdan birine zevk vermediği gibi, sizi korkutuyorda olabilir. Şimdiye kadar alışılmış ve bilindik şeyler alt üst olmuş olabilir. Bu durum sizi ve çevrenizdeki kişileri büyük bir sıkıntıya sokar ve yıpratır.

Bununla beraber yutma bozukluğundan rahatsız olan yalnız siz veya eşiniz yada yakınlarınızdan biri değildir. Örneğin Alman nüfusuna baktığımız zaman sadece burada yaklaşık beş milyon insan yutma bozukluğuna yakalanmış durumda. Bu aşağı yukarı genel nüfusun yüzde yedisi demektir, disfaji hastalarının sayısı sürekli artıyor.
Yutma bozukluğu tedavi edilebiliniyor. Bunun için özel eğitilmiş uzman kişiler vardır. Yutmak çoğu kez görünmez olduğu

Urheberrechtlich geschütztes Material. Copyright: Schulz-Kirchner Verlag, Idstein. Vervielfältigungen jeglicher Art nur nach vorheriger schriftlicher Genehmigung des Verlags gegen Entgelt möglich. info@schulz-kirchner.de

es ein spezialisiertes Diagnostikteam, das die von außen nicht erkennbaren Abläufe untersuchen kann.

Der Ratgeber, den Sie nun in der Hand halten, möchte Ihnen helfen, mit der neuen Situation besser umzugehen. Er liefert Ihnen Erklärungen zu Schluckstörungen und einer möglichen Therapie. Wir wünschen uns, dass er Ihre wichtigsten Fragen beantwortet und Sie motiviert, die Therapie zu beginnen bzw. Ihnen hilft, die Therapie eines Ihnen nahestehenden Menschen zu unterstützen. Dieser Begleiter kann und will keine Behandlung und Beratung durch ein Dysphagieteam verkürzen oder gar ersetzen. Unser Ziel ist es, Sie in verständlicher Sprache grundlegend zu informieren. Da für die meisten von Ihnen Deutsch nicht Ihre Erstsprache ist, wird der Ratgeber in mehreren Übersetzungen erscheinen. Sie lernen darin einige Fachbegriffe kennen, die Ihnen möglichst einfach erklärt werden.

Weil ein Bild häufig aussagekräftiger ist als Worte, enthält der Ratgeber zusätzlich viele Fotos. So bekommen Sie leichter einen Einblick in das Thema Dysphagie.

Der Ratgeber besteht aus fünf Kapiteln:
Im ersten Kapitel werden Ihnen die wichtigsten Schluckstrukturen an einer Grafik verdeutlicht. Das zweite Kapitel informiert Sie über den normalen Schluckvorgang, wie er bei Gesunden abläuft. Das dritte Kapitel erklärt kurz mögliche Ursachen von Schluckstörungen. Sie erfahren von unangenehmen Folgen, die auftreten können, wenn nicht rechtzeitig und effektiv

için, dıştan görülmeyen yutma işlemlerini araştırabilen ve teşhis koyabilen özel eğitilmiş uzman ekip gerektirir.

Şimdi elinizdeki bu rehber içinde bulunduğunuz yeni durumla daha iyi başa çıkmanız için size yardımcı olmak istiyor ayrıca yutma bozukluğu ve mümkün olan tedavi metotları hakkında açıklamalar da bulunuyor. Bizim isteğimiz bu rehberin sizin en önemli sorularınıza yanıtlar vermesi ve terapiye başlamanızı motive etmesi veya sizin yakınlarınızdan birinin terapiye başlamasını desteklemenizde size yardımcı olması. Bu rehber bir disfaji ekibinin terapi ve danışmanlığını kısaltıp, onun yerine geçemez ve geçmekte istemez.
Amacımız sizi anlaşılır bir dilde temel olarak bilgilendirmektir. Sizlerin bir çoğu için Almanca ana dil olmadığından dolayı, rehber diğer çeşitli dillere çevrilmiş olarak yayınlanacaktır. Bu rehberde hastalığınızla ilgili bazı terimleri (brans) öğreneceksiniz, bunlar mümkün olduğunca kolaylaştırılmış biçimde açıklanmış olacak.

Bir resim çoğu zaman kelimelerden daha fazla şey ifade ettiği için, rehberde ek olarak bir sürü resim bulunmakta. Böylece disfaji konusunu anlamak sizin için daha kolaylaşmış olur.

Rehber beş bölümden oluşuyor:
Birinci bölümde en önemli yutma yapıları şekil yardımıyla gösterilecektir. Ikinci bölüm size normal, yani sağlıklı kişilerde varolan yutma işlemi hakkında bilgi-

behandelt wird. Zudem gibt das Kapitel Hinweise, woran Sie eine Schluckstörung erkennen können. Das vierte Kapitel erklärt die wichtigsten diagnostischen Möglichkeiten. Das letzte und umfangreichste Kapitel gewährt Ihnen Einblicke in den therapeutischen Alltag. Es werden Ihnen Möglichkeiten aufgezeigt, die zum Einsatz kommen können. Da es aber ganz wichtig ist, dass die Therapie exakt individuell zugeschnitten ist, entscheidet das zuständige Dysphagieteam darüber, welche Techniken für Sie hilfreich sind, welche Speisen und Getränke ungefährlich, welche Hilfsmittel sinnvoll und welche Körperhaltung ideal ist. Abschließend finden Sie die von uns verwendete Literatur und einige hilfreiche Links.

Wir wünschen Ihnen bzw. Ihrem Angehörigen einen raschen und vollständigen Heilungsverlauf, viel Geduld, Durchhaltevermögen und Zuversicht. Uns wünschen wir, dass dieser Ratgeber Ihnen dabei die kleine Hilfe ist, die er sein soll.

Christiane Lücking, Wiesbaden
und Sabina Hotzenköcherle, Zürich

lendirecektir. Üçüncü bölümde kısaca yutma bozukluklarına neden olan şeyler anlatılıyor. Zamanında ve doğru tedavi edilmediği takdirde, istenilmeyen durumlarla karşı karşıya kalabilirsiniz. Ayrıca bu bölümde yutma bozukluğunun nasıl farkına varabileceğiniz konusunda bilgiler sunulacak. Dördüncü bölümde en önemli tanı yöntemlerinden bahsediliyor. Son ve en kapsamlı bölümde ise sizi günlük tedavinin nasıl yapıldığı konusunda aydınlatacak ve uygulanması mümkün olan yöntemleri gösterecektir. Terapinin kişinin ihtiyacına göre ve kişisel uygulanması gerektiği çok önemli olduğundan, sizden sorumlu disfaji ekibi hangi tekniklerin size yardımcı olacağına, hangi yiyecek ve içeceklerin sizin için tehlike içermediğine, hangi yardımcı araçların daha doğru olduğuna ve hangi duruşun size uygun olacağına dair karar verecektir. Son olarak bunlara ilaveten bizim kullandığımız literatür listesini ve bazı yardımcı linkleri bulacaksınız.

Size veya yakınlarınıza hızlı ve kalıcı bir iyileşme süreci, bol sabır, metanet ve iyileşme umudunuzu yitirmemenizi diliyoruz. Biz bu rehberin size bu konuda azda olsa yardımcı olmasını diliyor ve umuyoruz.

Christiane Lücking, Wiesbaden
ve Sabina Hotzenköcherle, Zürih

Urheberrechtlich geschütztes Material. Copyright: Schulz-Kirchner Verlag, Idstein. Vervielfältigungen jeglicher Art nur nach vorheriger schriftlicher Genehmigung des Verlags gegen Entgelt möglich. info@schulz-kirchner.de

1 Was ist eigentlich wo?

Die folgende Abbildung zeigt Ihnen die wichtigsten Strukturen, die in diesem Ratgeber erwähnt werden. Das für Sie zuständige Team wird diese Strukturen häufig verwenden.

1 Aslında ne nerede?

Aşağıdaki şekil size bu rehberde kullanılan en önemli ana yapıları göstermektedir. Sizden sorumlu olan ekip bu yapıları sıkca kullanacaktır.

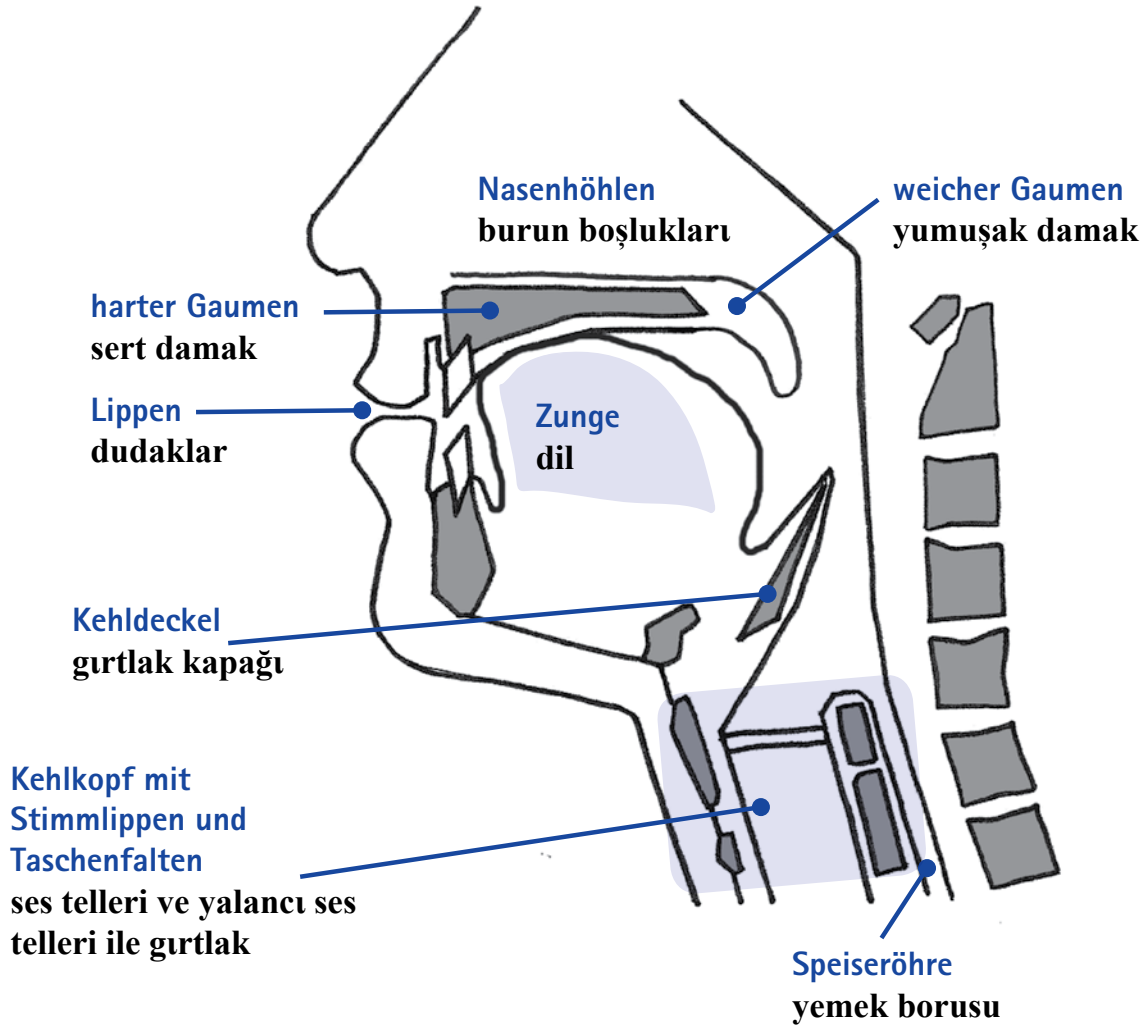

Abb. 1: Die wichtigsten Strukturen

Şekil 1: En önemli yapılar

Urheberrechtlich geschütztes Material. Copyright: Schulz-Kirchner Verlag, Idstein. Vervielfältigungen jeglicher Art nur nach vorheriger schriftlicher Genehmigung des Verlags gegen Entgelt möglich. info@schulz-kirchner.de

2 Schlucken – nichts Besonderes?

Schlucken zu können, ist für uns von Geburt an selbstverständlich. Wir schenken diesem Vorgang, den wir zwischen 580- und 2400-mal am Tag (Bartolome & Schröter-Morasch 2006) ausführen, für gewöhnlich keine besondere Aufmerksamkeit. Denn der Schluckvorgang ist uns nur teilweise bewusst bzw. wird von uns nur teilweise bewusst gesteuert.



Abb. 2: Neugeborenes beim Stillen
Resim 2: Yeni doğan bebek emerken

Flüssigkeit, Nahrung und Speichel werden vom Mund bis in den Magen transportiert. Gelegentliches Verschlucken ist dabei nicht ungewöhnlich und durch ein kurzes, kräftiges Husten schnell behoben.

2 Yutmak - zor değil?

Yutabilmek bizim için doğumdan itibaren doğal olan ve düşünmeden gerçekleştirdiğimiz bir işlemdir.
Genellikle günde 580 ile 2400 defa gerçekleştirdiğimiz (Bartolome ve Schröter-Morasch 2006) bu sürece çok fazla önem vermiyoruz.
Çünkü yutma işlemi yalnızca kısmen bilinçli veya istemli kontrol altında oluşur.



Abb. 3: Kleinkind beim Milchtrinken
Resim 3: Küçük çocuk süt içerken

Sıvı, gıda ve tükürük ağızdan mideye götürülür. Gıdaların ara sıra genzimize kaçması mümkün olabilir, kısa ve kuvvetli bir öksürükle çabuk giderilir.

Urheberrechtlich geschütztes Material. Copyright: Schulz-Kirchner Verlag, Idstein. Vervielfältigungen jeglicher Art nur nach vorheriger schriftlicher Genehmigung des Verlags gegen Entgelt möglich. info@schulz-kirchner.de

Weil sich aber in unserem Hals der Luft- und der Speiseweg kreuzen, wie Sie in Abbildung 5 sehen können, brauchen wir für den Transport viele Muskeln, Nerven, Organe und zusätzlich Mechanismen, die unsere Atemwege schützen. Damit das alles problemlos klappt, ist ein zeitlich und räumlich fein abgestimmtes Zusammenspiel aller beteiligten Strukturen notwendig.

Es hat sich bewährt, das Schlucken in vier Phasen einzuteilen (Logemann 1983).

Şekil 5'te görüldüğü gibi boğazımızda solunum ve yutma yolu kesişiyor, yutulan gıdaların mideye aktarılması için bir sürü kas, sinir, organ ve solunum sistemini korumak için ek mekanizmalar gerekiyor. Bunların problemsiz gerçekleşmesi için bütün yapıların zamanlamalı ve ince ayarlı bir etkileşim içerisinde beraber çalışması gerekiyor.

Yutmanın dört faza ayrılmasının faydalı olduğu kanıtlanmıştır (Logemann 1983).



Abb. 4: Husten, wenn wir uns verschlucken
Resim 4: Gıdaların genzimize kaçarken öksürmek

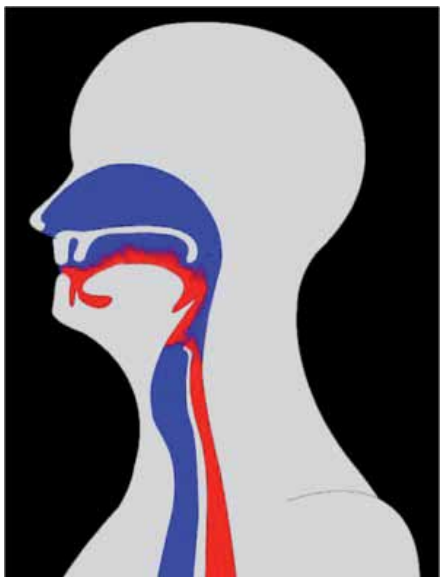

Abb. 5: Kreuzen von Speiseweg (rot) und Luftweg (blau)
Şekil 5: Yemek yolunun (kırmızı) ve solunum yolunun (mavi) kesişmesi

■ Phase 1 (Abb. 6)

Die erste Phase, auch orale Vorbereitungsphase genannt, steht ganz im Zeichen der Nahrungsvorbereitung, -formung und -portionierung. Die Nahrung wird in den Mund geführt, wenn nötig gekaut, mit Spei-

■ Faz 1 (şekil 6)

Birinci faz, oral hazırlık fazı, gıdaların hazırlanması, şekillendirilmesi ve uygun bir porsiyon haline getirilmesi için gereklidir. Yiyecek ağıza götürülür, gerekirse çiğnelenir, tükürükle karıştırılır ve yutmaya