



© Fotolia

## **Individuell angepasste Therapie**

**Schluckstörungen – auch Dysphagien genannt – gehören zu den häufigen Folgen eines Schlaganfalls. Werden sie nicht erkannt, können sie ernsthafte Folgen haben.**

### **Logopädische Therapie bei Schluckstörungen**

Der Schluckvorgang besteht aus fünf Phasen. Sind eine oder mehrere dieser Phasen nach dem Schlaganfall gestört, spricht man von einer Schluckstörung (Dysphagie). Eine Schluckstörung bedeutet daher nicht zwingend, dass sich die Betroffenen verschlucken. Da eine Dysphagie ernste Folgen wie Infektionen haben kann, benötigen Betroffene logopädische Therapien.

So gibt es mehrere Therapieverfahren, die den Patientinnen und Patienten dabei helfen, ihre Schluckfähigkeit wiederherzustellen. Beispielsweise stärkt Funktionstraining die Muskelkraft der am Schluckprozess beteiligten Organstrukturen. Außerdem lässt sich die Bewegungsfähigkeit zum Beispiel von Zunge, Kehlkopf und Kiefer gezielt trainieren. Stimulationstechniken, die mit Vibration, Druck oder Geschmack arbeiten, können helfen, dass Betroffene mit Wahrnehmungsstörungen ihre Schluckorgane wieder steuern können. Auch Sensibilitätsstörungen können logopädisch behandelt werden. Das ist wichtig, denn zum Schlucken muss die Nahrung gespürt werden. Dr. Melanie Weinert vom Kölner Dysphagiezentrum beschreibt

das Prinzip so: „Was ich spüre, bewege ich. Was ich bewege, das spüre ich.“

## **Wenn verloren gegangene Fähigkeiten nicht wiedererlangt werden können**

Manchmal können verloren gegangene Fähigkeiten jedoch nicht wiedererlangt werden. Dann erlernen die Betroffenen in der Therapie zum Ausgleich verschiedene Kompensationstechniken, die den Schluckvorgang erleichtern. Das können zum Beispiel eine veränderte Kopf- oder Körperhaltung oder sogenannte Schluckmanöver sein.

## **Ergänzend eine spezielle Dysphagie-Kost zu sich nehmen**

Ergänzen lassen sich die verschiedenen Therapien durch eine angepasste Kost. Dabei wird die Fließeigenschaft der Speisen auf die noch vorhandene Muskelkraft und Bewegungsfähigkeit des Schluckvorgangs abgestimmt. Das heißt aber nicht, dass alle Dysphagie-Patientinnen und -Patienten nur noch Brei essen können. „Die Kunst besteht darin, die Mahlzeiten nur so weit anzupassen, wie es für die Schlucksicherheit der Betroffenen nötig ist“, erklärt Weinert. Dabei gelten Mischkonsistenzen wie frisches Obst oder Suppen mit Einlage als besonders schwer zu schlucken. Denn die verschiedenen Konsistenzen im Mund überfordern Betroffene mit Dysphagie leicht.

## **Erfahrene Praxis aussuchen**

Welche Therapie für wen geeignet ist, hängt von der betroffenen Hirnregion und den weiteren Einschränkungen ab, die der Schlaganfall verursacht hat. „Auf jeden Fall muss die Therapie individuell angepasst werden“, betont Melanie Weinert. Sie empfiehlt daher: Betroffene sollten in ihrer bevorzugten Logopädie-Praxis nachfragen, ob Erfahrung mit der Behandlung einer Dysphagie nach Schlaganfall besteht.

> **Mehr zu den verschiedenen Folgen eines Schlaganfalls**

Zuletzt aktualisiert: 14.09.2023