

## Schluckstörungen – Genussvoll essen und trinken

Zu diesem – auf den ersten Blick widersprüchlich erscheinenden – Thema sprach Kerstin Schlee, Logopädin aus Neustadt in Schleswig-Holstein. Schluckstörungen treten zum einen altersbedingt immer häufiger auf, zum anderen sind sie Begleiterscheinungen vieler neurologischer Erkrankungen, u.a. bei Menschen im und nach Wachkoma oder mit schweren Schädel-Hirnverletzungen. Wenn Menschen das Essen sehr schwer fällt oder der Schluckmechanismus in seinem komplexen Zusammenspiel gestört ist, dann wird vielfach von behandelnden Fachleuten empfohlen, statt des üblichen Essens und des damit einhergehenden hohen Arbeitsaufwands zur Breikost überzugehen. Diese Kost liegt jenseits aller sensorischen Ansprüche an ein Essen und das Problem wird eher verstärkt als gelöst. Durch die Breikost wird der Kau- und Schluckapparat nicht mehr in dem notwendigen Maße angeregt und trainiert. Das Einerlei aus z.B. Joghurt, Milchsuppen und Kartoffelbrei ist weder abwechslungsreich noch schmackhaft.



In den von Kerstin Schlee aufgezeigten Problemlösungen geht es darum, die Behinderungen hinsichtlich des Schluckens zu erkennen und nach sinnvollen Lösungsansätzen zu suchen. Das Fazit ist: Die Begleitung von Menschen mit Schluckstörungen muss die Gesamtsituation der Erkrankung und das Umfeld mit allen Gegebenheiten berücksichtigen.

Sie erläuterte das am Beispiel von Getränken. Sie sind dünnflüssig und gestalten das Schlucken in manchen Fällen schwierig. Als Lösung hat die Industrie Andickungsmittel entwickelt. Die Kosten dafür wurden teilweise bei entsprechender Indikation von der Krankenkasse übernommen. Kerstin Schlee erläuterte, wie durch eine Veränderung der natürlichen Zubereitung eines Getränks die Konsistenz so verändert angeboten und damit Schluckstörungen begegnet werden kann. Dieses Prinzip kann man auch auf Speisen übertragen.

Das therapeutische Prinzip, verbunden mit einer Vielzahl praktischer Rezepte, hat Kerstin Schlee in einem Buch zusammengestellt, das Hilfestellung für viele Betroffene sein könnte. Es geht um den oralen Genuss; das Essen gehört zur elementaren Bedürfnisbefriedigung und ist vor allem Lebensqualität.

Mehr Informationen auf <http://www.kerstinschlee.de>