

MOEITE MET INSLIKKEN VAN MEDICATIE

Heeft u moeite met het inslikken van uw medicatie? De apotheker kan u vertellen hoe u uw medicatie gemakkelijker inneemt. Bij ernstige slikproblemen (dysfagie) kunt u terecht bij de huisarts of logopedist.

Oorzaken van slikproblemen

Oorzaken van slikproblemen kunnen zijn:

- **Ouderdom:** doordat de spieren zwakker worden, wordt tijdens het kauwen het eten minder goed fijngeemaakt. Hierdoor gaat het doorslikken moeilijker. Soms gaat het kauwen moeilijker door een slecht gebit of een slecht passend kunstgebit.
- **Hersenletsel:** door bijvoorbeeld een beroerte (CVA), ongeval of tumor kunnen er problemen in de aansturing van spieren ontstaan die nodig zijn bij het kauwen en slikken. Daarnaast kan de gevoeligheid in de mond minder zijn, waardoor men minder goed aanvoelt wat er in de mond of keel gebeurt.
- **Aandoening van het zenuwstelsel:** door bijvoorbeeld de ziekte van Parkinson, MS of ALS kunnen er problemen in de aansturing van spieren ontstaan, die nodig zijn bij het kauwen en slikken. Bovendien kan de kracht van de spieren minder zijn, zoals de spierkracht van de tong. Hierdoor kan het kauwen problemen opleveren en wordt doorslikken van voedsel moeilijker. Iemand met dementie kan bijvoorbeeld vergeten dat er voedsel in zijn mond zit. Ook kunnen mensen voedsel te lang in de mond houden of er lang op kauwen.
- **Ziekten in het hoofd- en halsgebied:** bijvoorbeeld kanker in de keel of mond. Zowel voor als na een operatie, chemokuur en/of bestraling kunnen slikproblemen ontstaan. Deze kunnen het gevolg zijn van, bijvoorbeeld beschadigingen van de mond of de slokdarm waardoor eten en drinken moeilijker gaat.
- **Medicatie:** sommige medicatie kan een droge mond veroorzaken. Als er te weinig speeksel in de mond is, plakt het eten minder goed aan elkaar en is het ook moeilijker om het door te slikken.
- **Stress en angst:** sommige mensen hebben stress of angst voor het slikken van medicatie.

Tips bij moeite met inslikken van medicatie

- U slikt een tablet of capsule gemakkelijker door als u uw hoofd een stukje voorover buigt tijdens het slikken. Want door voorover te buigen wordt het keelgat groter, en u slikt dan geen lucht mee in. De tablet of capsule kan daardoor niet in uw keel blijven steken. Neem een slok water, leg de tablet of capsule op de tong en slik deze door met 1 of 2 flinke slokken water. Drink hierna een glas water.
- Vindt u het lastig om uw medicatie met water in te nemen? Dan kan u het samen met een lepel confituur, appelmoes of slikgel innemen. Hierdoor glijdt de medicatie gemakkelijker naar binnen. Soms kunt u de medicatie ook met wat yoghurt of pudding innemen, maar dit kan de werking van sommige geneesmiddelen verminderen. Vraag daarom vooraf steeds raad aan uw apotheker.
- Capsules of tabletten zijn soms gemakkelijker in te nemen als u ze opent, plet of halveert. Maar let op: dit kan de werking verminderen of u kunt er last van bijwerkingen door krijgen. Vraag altijd eerst aan uw apotheker of dit kan met uw capsule of tablet.

Wat kan uw apotheker voor u doen?

Uw apotheker kan u:

- tips geven om gemakkelijker te slikken
- samen met u zoeken naar een geschikte oplossing (zoals overschakelen naar een siroop)
- blijft slikken moeilijk? Dan kan de apotheker u adviseren naar de huisarts te gaan. Die kan u eventueel doorverwijzen naar een logopedist. Een logopedist kan onderzoeken waar en wanneer tijdens het slikken het probleem optreedt, spierfuncties in de mond trainen zodat het kauwen en slikken beter gaat, en advies geven over hoe dik het voedsel moet zijn.

Uw apotheker neemt graag de tijd om een antwoord te geven op uw vragen. Dit kan in de apotheek, maar ook telefonisch of eventueel bij u thuis.