

# Moeite met slikken van medicijnen

---

- MOEITE MET DOORSLIKKEN VAN TABLETTEN EN CAPSULES
- SLIKPROBLEMEN • WAT KAN UW APOTHEKER VOOR U DOEN? • ADVIES IN EEN PERSOONLIJK GESPREK



VRAAG OVER UW MEDICIJNEN? [WWW.APOTHEEK.NL](http://WWW.APOTHEEK.NL)

# MOEITE MET SLIKKEN VAN MEDICIJNEN

Een tablet of capsule doorslikken... Het lijkt makkelijk, maar het is lastig voor mensen met slikproblemen. Eten en drinken, maar ook het innemen van medicijnen, kan dan moeilijk of zelfs onmogelijk zijn. Heeft u moeite met het innemen van medicijnen? Vraag dan uw apotheker om informatie en advies.

## MOEITE MET DOORSLIKKEN VAN TABLETTEN EN CAPSULES

Het kan lastig en vervelend zijn om (grote) tabletten of capsules te slikken. Bijvoorbeeld doordat het voelt alsof het medicijn in de keel blijft steken. Vooral ouderen vinden medicijnen slikken vaak lastig. Maar ook bij kinderen geeft het doorslikken van een tablet of een capsule weleens problemen. Ze vinden het vaak eng, vervelend, moeilijk of vies om medicijnen te slikken.

### MAKKELIJKER SLIKKEN

Bij het innemen van medicijnen houden mensen vaak automatisch het hoofd een beetje achterover. Maar dit maakt het slikken juist extra lastig. Tip: buig bij het slikken het hoofd een beetje naar voren. Neem een slok water, leg de tablet of capsule op de tong en slik hem door met een flinke slok water. Drink vervolgens een glas water. Door het hoofd iets naar voren te buigen wordt het keelgat groter. Hierdoor glijdt het medicijn makkelijk naar binnen en blijft het niet hangen in de keel.

Geeft het innemen van het medicijn ook op deze manier veel problemen? Vraag dan in de apotheek of u het medicijn samen met yoghurt, melk, vla of appelmoes kan innemen in plaats van met water. Hierdoor glijdt het medicijn makkelijker naar binnen. Als het samen mag, meng dan het medicijn met een klein deel van het eten. Een kind laat u dit beetje eerst opeten vóór het de rest van het eten krijgt. Zo krijgt uw kind alles van het medicijn binnen.

Heeft u of uw kind problemen met het doorslikken van een capsule? Het doorslikken gaat makkelijker als de buitenkant van de capsule zacht wordt gemaakt. Dit kan door hem vochtig te maken op een lepel met water. Vraag in de apotheek na bij welke capsules dit mogelijk is en hoe dit het beste kan.

## **FIJNMAKEN, BREKEN OF OPENEN VAN TABLETTEN EN CAPSULES**

Het lijkt handig om tabletten te breken of fijn te maken en capsules te openen om het medicijn makkelijker in te kunnen nemen. Maar dit is niet altijd nodig en soms niet goed. Het kan er namelijk voor zorgen dat het medicijn minder goed of zelfs niet meer werkt. Ook kunt u last krijgen van bijwerkingen, zoals maagpijn. Soms is het medicijn verkrijgbaar in een andere vorm, bijvoorbeeld een drank, een oplostablet of een zetpil. Vraag in de apotheek welke mogelijkheden er zijn om toch gemakkelijk uw medicijn in te kunnen nemen. Mocht het toch nodig en mogelijk zijn om de tabletten te breken, fijn te maken of capsules te openen, dan kan de apotheker u adviseren hoe u dit het beste kunt doen.

## **SLIKPROBLEMEN**

Het niet kunnen innemen van medicijnen kan het gevolg zijn van slikproblemen. Dit wordt ook wel dysfagie genoemd. Bij slikproblemen geeft niet alleen het innemen van medicijnen problemen, ook eten en drinken gaat moeilijk of is zelfs onmogelijk. Het is dan verstandig om contact op te nemen met uw huisarts.

Bij slikproblemen kan uw arts u verwijzen naar een logopedist. De logopedist onderzoekt waar en wanneer tijdens het slikken het probleem optreedt. Hij helpt de spierfuncties in de mond te trainen zodat het kauwen en slikken beter gaat. Bovendien kan hij adviezen geven over bijvoorbeeld de houding tijdens de maaltijd en hoe dik het voedsel moet zijn. Als u problemen heeft met het innemen van medicijnen, kan de logopedist u daar ook in begeleiden.

## HERKENNEN VAN SLIKPROBLEMEN

Verschijnselen die kunnen wijzen op een slikprobleem:

- verslikken tijdens eten of drinken: hoesten, rood worden, blauw aanlopen, traanogen krijgen;
- speeksel, eten of drinken loopt uit de mond;
- moeilijk kunnen eten (vooral vast voedsel);
- gevoel dat voedsel of medicijnen in de keel blijven steken;
- voedselresten die achterblijven in de mond;
- pijn bij kauwen of slikken;
- gewichtsverlies: snel afvallen, mager worden;
- (heel) langzaam eten;
- geen trek hebben in eten en drinken;
- snel moe worden bij eten en drinken;
- ongevarieerd eten, bijvoorbeeld voornamelijk pap.

## 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.

- Medicijnen: sommige medicijnen kunnen sufheid of een droge mond veroorzaken. Als iemand suf is, kan hij vergeten te slikken en kan het voedsel in de luchtpijp terechtkomen. 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: dit kan leiden tot problemen met eten en drinken.

De hierboven genoemde oorzaken van slikproblemen kunnen ook het innemen van medicijnen moeilijker maken.

### **WAT KAN UW APOTHEKER VOOR U DOEN?**

Uw apotheker is gespecialiseerd in medicijnen. U kunt met alle vragen over uw medicijnen terecht bij de apotheek. Heeft u moeite met het slikken van medicijnen of heeft u slikproblemen (= dysfagie)? Vraag hierover advies als u meer wilt weten over de verschillende mogelijkheden.

### **ADVIES IN EEN PERSOONLIJK GESPREK**

In een persoonlijk gesprek kan uw apotheker tips geven om het innemen van medicijnen makkelijker te maken. Hoe meer u zelf vertelt over uw klachten, hoe beter het apotheekteam u kan adviseren. U zou het volgende kunnen bespreken:

- welke klachten u heeft;
- hoe lang u al last heeft van de klachten;
- wat u zelf al geprobeerd heeft;
- welke aandoening u eventueel heeft;
- welke medicijnen u gebruikt, op recept of zonder recept.

Uw apotheker denkt graag met u mee over de mogelijke oplossingen en kan u als dat nodig is ook adviseren naar de huisarts te gaan. Als u problemen heeft met slikken, dan kan de huisarts u zo nodig verwijzen naar een logopedist.

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

# Belangrijk

---

- Buig uw hoofd naar voren voordat u gaat slikken.
- Bent u van plan tabletten te breken, fijn te maken of capsules te openen? Overleg eerst met uw apotheker of dit mag.
- Verslikken... Iedereen heeft er wel eens last van. Het is meestal niet nodig om naar een arts te gaan. Als u zich meer dan één à twee keer per week verslikt, is het wel verstandig om naar de huisarts te gaan.
- Moeite met eten en drinken door slikproblemen? Neem contact op met uw huisarts. De huisarts verwijst u zo nodig naar een logopedist.
- Bij vragen: aarzel niet om naar uw apotheek te gaan. U kunt ook een afspraak maken voor een persoonlijk gesprek.

## NUTTIGE WEBSITES

Kijk op [www.apotheek.nl](http://www.apotheek.nl) voor de instructiefilm 'Toedienen van tabletten en capsules'.

Kijk op [www.logopedie.nl](http://www.logopedie.nl) voor informatie over slikstoornissen en contactgegevens van logopedisten in uw regio.

Ontwikkeld september 2010.

 KNMP 400047.12.2010



8 717677 630479