

INHALT

Geleitwort	5
Vorwort	13
Die Autoren	15
HISTORISCHER ÜBERBLICK	17
PHYSIOLOGISCHE GRUNDLAGEN	21
Physiologie und zentrale Steuerung des Schluckens	21
Die orale Vorbereitungsphase	23
Orale Transportphase	23
Rachen-Transportphase	23
Speiseröhren-Transportphase	24
Riechen und Schmecken	24
Schmecken	24
Riechen	28
MEDIZINISCHE GRUNDLAGEN UND ERKRANKUNGEN, DIE MIT SCHLUCKSTÖRUNGEN ASSOZIIERT SIND	31
Definitionen: Dysphagie und Aspiration	31
Ursachen für Schluckstörungen	34
Mundhöhle und Rachen	35
Speiseröhre	36
Schilddrüse	37
Mechanisch/Neurologisch/Neurodegenerativ bedingte Dysphagien	37
Organveränderungen, die Dysphagie auslösen	38

Iatrogene Ursachen von Dysphagie nach Behandlung von Kopf- und Halstumoren	38
Fazialisparese (= Lähmung des Gesichtsnervs)	38
Karzinom der Lippen	39
Mund- und Rachen-Chirurgie	39
Zungengrund-, Kehlkopf- und Rachenkarzinome	40
Strahlentherapie	41
Lufttröhrenschnitt (Tracheotomie)	42
Ernährungs sonden: Die perkutane Gastrostomie und die Nasogastralsonde	42
Alter	44
Bewertung des Schluckens	45
Rehabilitation	46
Präventive Maßnahmen	47
Ausgleichsmanöver	47
Kausale Therapie	49
Adaptierende Therapieformen	49
PRAKTISCHE TIPPS UND TRICKS IM UMGANG MIT SCHLUCKSTÖRUNGEN	51
Kau- und Schluckstörungen im Alltag	51
Auswärts essen gehen	53
Auf Reisen mit Dysphagie	53
PRAKTISCHE TIPPS UND TRICKS IM UMGANG MIT VON SCHLUCKSTÖRUNGEN BETROFFENEN PATIENTEN	55
Das akute Verschlucken	55
Das ärztlich-therapeutische Gespräch mit Patienten	57
Stimme und Sprache	59
Die Konsistenzgrade	59
Andere Möglichkeiten der Nahrungszufuhr	60

DIE DOS AND DON'TS	63
Die Dos	63
Betroffene beim Essen in Gesellschaft	63
Angehörige und Beteiligte beim Essen in Gesellschaft	64
Schluckübungen	64
Die Don'ts	64
Schluckübungen	64
Bananen und Fruchteis	64
Rindfleisch	65
DIE RICHTIGEN KOCHUTENSILIEN	67
Wichtige Hilfsmittel	67
GESCHMEIDIGE REZEPTE	69
Vorspeisen, Suppen, Hauptspeisen, Nachspeisen, Naschereien, Snacks, Smoothies & Cocktails	69
Akutspeisen	70
Eier: entweder gekocht oder gebraten	70
Schmalzbrot	71
Schlagobers	71
Nudeln	71
Klassische Speisen	71
Qualität der Zutaten	72
Vorspeisen	74
Panna Cotta mit Spinat	74
Panna Cotta mit Spargel	77
Pochiertes Ei mit jungem Spinat	78
Fischaufstrich mit Räucherforelle	79
Ei im Glas mit Lachs	80
Bohnenhummus	82

Erbsenhummus	84
Pfirsich-Avocado-Tartar	85
Guacamole	85
Eingelegter Frischkäse mit Kräutern	87
Gehackte Kalbsleber	88
Kräuterfrischkäse-Kuchen	90
Rote-Rüben-Aufstrich	92
Suppen	93
Rote-Rüben-Suppe mit Orange	93
Kartoffelcremesuppe	94
Spargelcremesuppe	96
Kalte Gurkensuppe	99
Kürbiscremesuppe	100
Kohlrabicremesuppe	101
Erbsensuppe mit Minze	102
Karotten-Apfelsuppe	105
Tomatensuppe	106
Spinatsuppe	109
Süßkartoffelsuppe	110
Hauptpeisen	111
Hühnerknöderl mit Käsesauce	111
Hühnchen mit Pilzen	113
Lachstartar mit Avocado	114
Beef Tartar	116
Lachstaler mit Kresse-Frischkäse	117
Polentaknöderl mit Karottenstampf	118
Kartoffelkrapferl	121
Polentabrei mit Gemüsewürfel	122
Scampi-Nocken mit Gemüsesuppe	123

Kartoffelpüree	124
Rindfleischlaibchen mit Tomatensauce	126
Feines Kalbspüree mit Karottenmousse	128
Nachspeisen/Desserts	132
Wintertopfencreme mit Zimt und Orangen	132
Sommerliche Topfencreme	133
Beeren mit Haferflocken	134
Apfelmus	134
Cheesecake ohne Boden	136
Topfen-Schmarrn	137
Erdbeer-Panna-Cotta	139
Zwetschkenröster	140
Schokolademousse mit Avocado	140
Biskuit mit Pfirsichschaum	141
Apfeltiramisu	142
Snacks und Naschereien	143
Beeren-Punsch-Gelee	144
Getränke, Cocktails und Smoothies	145
Bananenshake	145
Mangolassi	146
Hot Chocolate mit Schlagobers	146
Vanille-Bananen-Litschi-Shake	147
Beeren-Cocktail	147
Feigen-Honig-Drink	148
Spinat-Gurken-Apfel-Smoothie	148
Ananas-Salat-Smoothie	150
Erdbeer-Buttermilch-Drink mit Haferflocken	150
Chai-Lassi mit Kardamom	152
Kipferlkaffee	153

Rote-Rüben-Smoothie	155
Melonen-Gurken-Drink	155
UNTERSTÜTZENDE LEBENSMITTEL	157
Pouches	158
LANGZEITPATIENTEN MIT DYSPHAGIE	159
TIPPS FÜR DEN ALLTAG	161
Vorsicht bei der Auswahl der Erstspeise	161
Geeignete und ungeeignete Speisen	161
Unterstützung bei der Nahrungsaufnahme	163
Essen nach Strahlentherapie	165
GOURMET-TIPPS	167
FRAGEN UND ANTWORTEN	169
Rezeptindex	173
Wichtige Adressen und Links	175
Dank	177
Bildnachweis	180