



Pflagedienst <sup>Plus</sup>

**LUX – HELIOS**

72474 Winterlingen, Olgastrasse 72

Ambulante Pflege,  
hauswirtschaftliche Versorgung  
und Betreuung

## Aspirationsprophylaxe

### Wichtige Informationen für unsere Patienten und Angehörige

Das Atmen ist eines unserer wichtigsten Bedürfnisse. Setzt die Atmung aus oder ist sie erschwert, treten alle anderen Bedürfnisse in den Hintergrund. Dieses Informationsblatt soll Ihnen Kenntnisse über die verschiedenen Möglichkeiten zur Aspirationsprophylaxe (aspirieren – verschlucken) vermitteln. Die Folge einer Aspiration kann eine Lungenentzündung (Pneumonie) sein.

### Allgemeine Informationen

Aspiration (das Verschlucken) ist das Eindringen von Sekreten, flüssigen oder festen Stoffen aus Magen, Rachen und Mund in die Atemwege. Die Vermeidung solcher Vorgänge ist das Ziel der Aspirationsprophylaxe. Normalerweise ist der Mensch durch Schutzmechanismen (Husten, rechtzeitiges Schlucken) vor einer Aspiration geschützt. Ist der Hustenreflex gestört, kann es zum Eindringen von Speisebrei in die Atemwege (auch in die Lunge) kommen. Dies kann zu einer so schlimmen Reizung führen, dass es zu einem bronchialen Infekt oder sogar zu einer Lungenentzündung kommen kann. Daher ist es wichtig zu wissen, welche die Anzeichen einer Aspiration sind und wie man eine Aspiration vermeiden kann.

### Maßnahmen zur Aspirationsprophylaxe

- Oberkörperhochlagerung
- Verabreichen Sie Nahrung und Flüssigkeiten immer in Oberkörperhochlagerung. Dabei sollten Sie darauf achten, dass der Kopf leicht nach vorn geneigt ist. Besonders vorsichtig müssen Sie beim Verabreichen von Flüssigkeiten sein, da diese besonders leicht verschluckt werden können.
- Nach dem Essen sollte der Körper noch mindestens 20 Minuten in Oberkörperhochlagerung verbleiben, da aus dem Magen immer noch etwas Speisebrei hochsteigen kann.

### Auswahl der Kostform

Reichen Sie keine „krümelige“ Nahrung wie z.B. Zwieback, da dies besonders leicht eingeatmet und damit „in den falschen Hals“ gelangen kann. Wählen Sie stattdessen lieber breiige Kost, da diese leichter geschluckt werden kann.

### Art der Nahrungsaufnahme

Generell sollte für das Essen und Trinken immer ausreichend Zeit zur Verfügung sein. Der Mund sollte immer gründlich geleert sein, bevor der nächste Bissen gereicht wird. Wenn etwas zu trinken gereicht wird, sollten Sie besonders vorsichtig sein.

Lassen Sie die pflegebedürftige Person selber trinken, wenn dies möglich ist. Nehmen Sie einen Strohhalm zur Hilfe, aus diesem lässt sich leichter trinken.



### **Mundpflege**

Um eventuell vorhandene Speisereste aus den Mundtaschen und den Zahnzwischenräumen zu entfernen, sollte nach jedem Essen eine gute Mundpflege durchgeführt werden.

### **Hustenauswurf ausspucken**

Bei Husten sollte der Auswurf ausgespuckt werden. Entfernen Sie das Sekret mit einem feuchten Tuch aus dem Mund, wenn das Sekret nicht alleine ausgespuckt werden kann. In schweren Fällen kann es vorkommen, dass das Sekret von einem Pflegedienst durch Absaugen entfernt werden muss.

### **Wenn es doch passiert....**

Es schafft keine Erleichterung auf den Rücken zu klopfen, sondern der Oberkörper und der Kopf sollen nach vorne hängen gelassen werden. Bei Verschlucken im Bett sorgen Sie dafür, dass der Oberkörper seitlich aus dem Bett herausgehängt wird, mit dem Gesicht nach unten. So kann leichter abgehustet werden.

### **Bleiben Sie ruhig!**

Je ruhiger Sie bleiben, desto leichter fällt dem Pflegebedürftigen die Konzentration auf das Abhusten. Manche Aspirationen verlaufen ganz still, ohne dass man einen Hustenanfall mitbekommen hat. Dies passiert vor allem bei sehr geschwächten Menschen.

Wenn Sie eine Veränderung am Zustand des Pflegebedürftigen bemerken, er eventuell Temperatur hat, schwach und apathisch wirkt, wenn Sie vermehrt Atemgeräusche hören, so konsultieren Sie zur Sicherheit Ihren Arzt oder Ihre Ärztin.

Wir hoffen, Ihnen mit diesem Merkblatt Informationen gegeben zu haben, die Sie unterstützen und Ihnen helfen, die häusliche Pflege sicherzustellen.

### **Ihre**

#### **Franziska Lux-Helios**

Fachwirtin im Sozial- und Gesundheitswesen  
Gesundheits- und Krankenpflegerin