

Dysphagie-Erklärvideo

	Deutscher Sprechtext	Slowakische Untertitel
1	Essen und Trinken sind lebensnotwendig. Außerdem ist Essen und Trinken auch Genuss.	Jedenie a pitie sú nevyhnutné pre život. Okrem toho je potešením aj jesť a piť.
2	Speisen und Getränke nicht mehr schlucken zu können, ist somit nicht nur eine Gefahr für unsere Gesundheit, sondern auch eine Einschränkung der Lebensqualität und -freude.	Neschopnosť prehĺtať jedlo a nápoje preto predstavuje nielen nebezpečenstvo pre naše zdravie, ale aj obmedzenie kvality života a pôžitku.
3	Normalerweise funktioniert das Schlucken, ohne dass wir darüber nachdenken müssen.	Obvykle prehĺtanie funguje bez toho, aby sme na to museli myslieť.
4	Ist der Schluckvorgang gestört, so spricht man von Dysphagie.	Ak je proces prehĺtania narušený, nazýva sa dysfágia.
5	Das Risiko für Schluckstörungen steigt im Alter drastisch an.	Riziko porúch prehĺtania sa drasticky zvyšuje s vekom.
6	An Dysphagie leiden: → rund 30-40% aller älteren Menschen, die zu Hause leben, ...	Dysfágiou trpiaci sú: → približne 30 – 40 % všetkých starších ľudí žijúcich doma...
7	... → mehr als 50% der PflegeheimbewohnerInnen → viac ako 50% obyvateľov opatrovateľských domovov ...
8	... → und ca. 70% aller älteren PatientInnen im Krankenhaus.	... → a asi 70% všetkých starších pacientov v nemocnici.
9	Eine Schluckstörung kann sich je nach Ursache: → schleichend entwickeln (vor allem bei älteren Menschen), → als Begleiterscheinung einer Erkrankung ergeben (z.B. bei Demenz/Morbus Parkinson) → oder plötzlich einstellen, wie etwa nach einem Schlaganfall.	Porucha prehĺtania sa môže vyvinúť v závislosti od príčiny: → sa vyvíjajú postupne (najmä u starších ľudí), → ako vedľajší účinok ochorenia (napr. demencia/Parkinsonova choroba) → alebo náhle, napríklad po mŕtvici.

	Deutscher Sprechtext	Slowakische Untertitel
10	<p>Eine nicht erkannte oder unbehandelte Schluckstörung kann schwerwiegende Folgen nach sich ziehen wie zum Beispiel:</p> <p>→ Mangelernährung,</p> <p>→ Flüssigkeitsmangel</p>	<p>Nezistená alebo neliečená porucha prehĺtania môže mať vážne následky, ako napríklad:</p> <p>→ podvýživu,</p> <p>→ dehydratáciu</p>
11	<p>→ oder eine lebensbedrohliche Lungenentzündung, wenn Flüssigkeit oder Speisereste in die Luftröhre gelangen.</p>	<p>→ alebo život ohrozujúci zápal pľúc, keď tekutina alebo zvyšky jedla vstupujú do priedušnice.</p>
12	<p>Nicht zu unterschätzen sind aber auch der Verlust von Freude und Genuss am Essen, die soziale Isolation sowie die verminderte Lebensqualität.</p>	<p>Strata radosti a pôžitku z jedla, sociálna izolácia a znížená kvalita života by sa však tiež nemali podceňovať.</p>
13	<p>Mögliche Anzeichen für eine Schluckstörung können sein:</p> <p>→ Husten/Würgen oder häufiges Verschlucken, in Österreich umgangssprachlich auch "Verkutzen" genannt.</p> <p>→ Häufiges Räuspern oder eine „gurgelnde“ Stimme nach dem Essen/Trinken</p> <p>→ Austritt von Speichel oder Nahrung aus Mund/Nase</p> <p>→ Nahrungsrückstände im Mundraum</p> <p>→ Fieber oder eine Lungenentzündung unklarer Herkunft</p> <p>→ Sowie ein ungewollter Gewichtsverlust</p>	<p>Možné príznaky poruchy prehĺtania môžu zahŕňať:</p> <p>→ Kašeľ/dusenie alebo časté prehĺtanie, hovorovo nazývané aj "Verkutzen" v Rakúsku.</p> <p>→ Časté čistenie hrdla alebo "bublavý" hlas po jedle / pití</p> <p>→ Únik slín alebo potravy z úst/nosa</p> <p>→ Zvyšky jedla v ústnej dutine</p> <p>→ Horúčka alebo zápal pľúc nejasného pôvodu</p> <p>→ Rovnako ako nežiaduce chudnutie</p>
14	<p>Wenn eines oder mehrere dieser Symptome auftreten, kann eine Schluckstörung vorliegen.</p>	<p>Ak sa vyskytne jeden alebo viac z týchto príznakov, môže dôjsť k poruche prehĺtania.</p>
15	<p>Für eine erste Einschätzung kann der Fragebogen EAT-10 helfen, kurz für Eating Assessment Tool.</p>	<p>Na účely počiatočného posúdenia môže Dotazník EAT-10 pomôcť, skratka pre Eating Assessment Tool.</p>

	Deutscher Sprechtext	Slowakische Untertitel
	Es handelt sich um einen Dysphagie-Risiko-Test mit 10 einfachen Fragen, den jede Person selbst durchführen kann.	Je to test rizika dysfágie s 10 jednoduchými otázkami, ktoré môže každý človek urobiť sám.
16	Bei einem entsprechenden Ergebnis ist eine weitere Abklärung durch ÄrztInnen oder LogopädInnen empfehlenswert.	Ak je výsledok správny, odporúča sa ďalšie objasnenie lekármi alebo logopédmi.
17	Bei einer diagnostizierten Schluckstörung kann es notwendig sein, die Konsistenz von Getränken und Speisen anzupassen.	Ak je diagnostikovaná porucha prehĺtania, môže byť potrebné upraviť konzistenciu nápojov a potravín.
18	Hier kommen Eindickungspulver wie ThickenUP® clear zum Einsatz, welche für kalte als auch warme Getränke, Suppen, Trinknahrungen oder pürierte Speisen geeignet sind.	Používajú sa tu zahusťovacie prášky ako ThickenUP® clear, ktoré sú vhodné na studené aj teplé nápoje, polievky, jedlá na pitie alebo pyrė.
19	Durch das Eindicken nimmt die ...	V dôsledku zahusťovania ...
20	... Fließgeschwindigkeit von Flüssigkeiten ab und das Schlucken wird sicherer. Die Eindickstufe sollte individuell festgelegt werden.	... Prietok kvapalín klesá a prehĺtanie sa stáva bezpečnejším. Úroveň zahusťovania by sa mala stanoviť individuálne.
21	Weitere Tipps für sicheres Schucken sind: ✓ Aufrechte, stabile Körperhaltung mit einem leicht abwärts geneigten Kopf ✓ Essen mit allen Sinnen (z. B. Brille aufsetzen, Hörgerät aktivieren, Zahnprothese einsetzen) ✓ Auf ruhige Umgebung achten (keine Ablenkung durch Gespräche, Radio oder Fernsehen)	Ďalšie tipy na bezpečné prehĺtanie zahŕňajú: ✓ Vzpriamené, stabilné držanie tela s mierne naklonenou hlavou ✓ Jedzte všetkými zmyslami (napr. nasadíte si okuliare, aktivujte načúvací prístroj, vložte zubné náhrady) ✓ Venujte pozornosť tichému prostrediu (žiadne rozptyľovanie od rozhovorov, rádia alebo televízie)
22	✓ Kleine Schluckportionen ✓ Zeit lassen beim Essen, abwarten bis der Mund leer ist ✓ Mundpflege vor und nach dem Essen	✓ Malé porcie ✓ Doprajte si čas pri jedle, počkajte, kým nebudú ústa prázdne ✓ Starostlivosť o ústnu dutinu pred jedlom a po jedle
23	Achten Sie zusätzlich auf die richtige	Okrem toho venujte pozornosť správne

	Deutscher Sprechtext	Slowakische Untertitel
	<p>Nahrungsmittelauswahl:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Gemischte Konsistenzen vermeiden wie z.B. Nudeln oder Frittaten in der Suppe, Kompottfrüchte ✓ Keine krümeligen und trockenen Speisen wie z.B. trockener Kuchen oder Kekse ✓ Nichts Scharfes wie z.B. Pfeffer ✓ Keine zu heißen Speisen ✓ Weiche Kost bevorzugen wie z.B. Brot ohne Rinde, Semmelknödel, Streichwurst 	<p>výberu potravín:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Vyhnite sa zmiešaným konzistenciám, ako sú rezance v polievke, kompóty ✓ Žiadne drobivé a suché potraviny, ako sú suché koláče alebo sušienky ✓ Nič horúce ako korenie ✓ Žiadne jedlo, ktoré je príliš horúce ✓ Uprednostňujte mäkké jedlá, ako je chlieb bez kôrky, chlebové knedle, roztierateľná paštéta
24	<p>Für sicheres Schlucken und mehr Lebensqualität nutzen Sie ThickenUP® clear Eindickungspulver – als Dose oder praktisch portionierte Sachets.</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Bis zu 4x ergiebiger als herkömmliche Eindickungspulver ✓ Eindickungskonsistenz bleibt auch bei Speichelkontakt im Mund erhalten ✓ Klumpt nicht und dickt nicht nach ✓ Keine Beeinträchtigung von Geschmack, Geruch oder Farbe der eingedickten Flüssigkeiten ✓ Einfache Dosierung <p>Erhältlich in allen Apotheken!</p>	<p>Pre bezpečné prehĺtanie a lepšiu kvalitu života používajte číry zahusťovací prášok ThickenUP® clear - ako plechovku alebo prakticky porciované vrecká.</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Až 4x produktívnejšie ako bežné zahusťovacie prášky ✓ Konzistencia zahusťovania je zachovaná aj pri kontakte slín s ústami ✓ Nezhlukuje sa ani nehustne ✓ Žiadne poškodenie chuti, vône alebo farby zahustených tekutín ✓ Jednoduché dávkovanie <p>Dostupné vo všetkých lekárňach!</p>
25a	<p>Mehr Informationen zu Dysphagie und ThickenUP® clear finden Sie unter: www.nestlehealthscience.at/dysphagie</p>	<p>Viac informácií o dysfágii a ThickenUP® clear nájdete na: www.nestlehealthscience.at/dysphagie</p>