

Algemene adviezen over eten en drinken

1. Goed rechtop (aan tafel / in de (rol)stoel) zitten tijdens het eten en drinken.
2. Zorg voor een rustig eet- en drinktempo.
3. Houd het hoofd niet naar achteren tijdens het slikken.
De slikbeweging is juist veiliger met de kin naar de borst.
4. Spreek niet tijdens het eten en drinken.
Vermijd ook andere prikkels uit de omgeving zoveel mogelijk.
5. Doe een (eventuele) gebitsprothese in tijdens eten
(alleen als het goed past, anders uitlaten).
6. Controleer na de maaltijd of de mond goed schoon is.
Mondhygiëne is erg belangrijk!
7. Na de maaltijd minimaal een kwartier rechtop blijven zitten,
zodat het eten kan zakken.
- 8.. Schakel een logopedist in bij twijfel over de verwerking van
het eten en/of drinken.