

Konsistenstrappen
- for patienter med spise- og drikkevanskeligheder

Patienten indtager fortrinsvis mad og drikke ifm. terapeutisk spisning, der foregår i træningssituationer med ergoterapeut			Patienten indtager mad og drikke ifølge notat i Clinical		
		Cremet konsistens Niveau 1	Gratin konsistens Niveau 2	Blød konsistens Niveau 3	Normal konsistens Niveau 4
		Sondeernæring	Supplerende sondeernæring	Supplerende ernæringsdrik	
Funktions-niveau	Ingen synke-funktion. Ikke vågen. Ikke klar/orienteret.	Oral transport af sekret er mulig. Spontan synkning af mundvand. Nogen tungetransport. Vågen og klar.	Kan lave tungetransport. Begyndende tyggefunktion. Spontane synk af mundvand og purékost. Vågen og klar.	Få problemer med at tygge og transportere bolus i munden. Synkefunktion er moderat nedsat.	Normal tunge-, tygge- og synke-funktion. Malende tyggebevægelser. Spontane synk.
Konsistens	Intet pr. os = intet at spise og drikke.	Fint pureret. Ensartet, cremet og tyk konsistens. % tygning.	Blød, ensartet og sammenhængende konsistens. Purerede råvarer. Ingen klumper.	Mad med naturlig blød konsistens. Hakkede råvarer, dampet eller let stegt, sammenhængende kost.	Umodificeret konsistens, fast og tyndtflydende kost
Morgen		Grød uden klumper. Øllebrød uden klumper. Surmælksprodukter uden klumper.	Grød uden klumper. Øllebrød. Havregrød. Surmælksprodukter uden klumper.	Øllebrød, havregrød. Surmælksprodukter. Omelet. Rugbrød uden kerner. Lyst brød uden kerner og skorpe. Pålæg med blød konsistens: Smøreost, syltetøj, honning.	Kost i normal konsistens.
Middag		Legerede supper med meget tyk konsistens. Kartoffelmos, sovs.	Gelésmørrebrød. Supper uden klumper med tyk konsistens, fx. asparges-, tomat-, blomkåls- eller hyldebærsuppe. Kan fortykkes yderligere med fortykningsmiddel. Retter af pureret kød, fisk, fjerkræ og grøntsager. Tunmousse uden klumper. Kartoffel- og grøntsagsmos. Supplement af desserter. Se evt. menuplan for niveau 2	Rugbrød og lyst brød uden kerner og skorpe. Blødt pålæg, fx leverpostej, paté, torskerogn, makrel, tunsalat. Supper med tyk konsistens, fx asparges-, blomkål-, toamtsuppe. Hakkede køddretter. Farsretter. Dampet/kogt fisk. Blødkogte grøntsager. Kartoffelmos. Soves. Se evt. menuplan for niveau 3	Kost i normal konsistens.
Aften		Legerede supper med meget tyk konsistens. Kartoffelmos, sovs.	Supper uden klumper med tyk konsistens, fx. asparges, blomkål, champignon, tomat, hyldebær, kærnemælk og frugt. Kan fortykkes yderligere med fortykningsmiddel. Retter af pureret kød, fisk, fjerkræ og grøntsager. Tunmousse uden klumper. Kartoffel- og grøntsagsmos. Supplement af desserter.	Supper med tyk konsistens, fx asparges, blomkål, champignon, tomat. Hakkede køddretter. Farsretter. Dampet/kogt fisk. Blødkogte grøntsager. Mosede kogte kartofler. Kartoffelmos. Soves. Se evt. menuplan for niveau 3.	Kost i normal konsistens.
Mellem-måltid		Fromage. Blendet frugtgrød uden klumper. Budding. Chokolademousse.	Fromage. Blendet frugtgrød uden klumper. Budding. Ernæringsdrik og hjemmelavet proteindrik (i samme konsistens som den anbefalede konsistens for drikkevarer)	Fromage. Frugtgrød. Is. Henkogt frugt. Brød uden kerner/skorpe med smøreost. Banan eller anden blød frugt. Ernæringsdrik og hjemmelavet proteindrik (i samme konsistens som den anbefalede konsistens for drikkevarer)	Kost i normal konsistens.
Drikkevarer	Bemærk: konsistens for væske er uafhængig af konsistens for kost	Meget fortykket drikkekonsistens Gelé konsistens = så tykt, at det kan spises med ske. Alle væsker kan fortykkes med fortykningsmiddel.	Moderat fortykket drikkekonsistens Sirup-konsistens = så tykt at et sugerør kan stå alene i glasset. Løber meget langsomt, når det drikkes. Alle væsker kan fortykkes med fortykningsmiddel.	Let fortykket drikkekonsistens Kakaomælkskonsistens (nektar) = løber lidt langsommere end normale tynde væsker. Kærnemælk. Koldskål. Ernæringsdrik og hjemmelavet p-drik. Tyk milkshake/smoothie Øvrige væsker kan fortykkes med fortykningsmiddel.	Umodificeret drikkekonsistens Normale tyndtflydende drikkevarer

Information om mad og drikke til patienter med synkevanskeligheder (dysfagi)

Nogle patienter kan have problemer med at tygge og synke almindelig mad og drikke.

Synkevanskeligheder er et symptom ved mange sygdomme og tilstande og kan skyldes skader i de muskler og nerver, som styrer tygge- og synkefunktionen.

Mad og væske i luftrøret

Patienter, der har problemer med at tygge og/eller synke, har risiko for at få mad eller væske i luftrøret og derved i lungerne. Kommer maden eller væsken i lungerne kaldes det fejlsynkning (aspiration) og dette kan give alvorlig lungebetændelse.

Hvad er symptomer på fejlsynkning?

Typiske symptomer på fejlsynkning er, at patienten under og/eller efter indtagelse af mad og/eller væske

- Hoster eller rømmer sig
- Har rallende vejrtrækning
- Har våd stemme
- Har tegn på opkast eller sure opstød

Hvis én eller flere af ovenstående symptomer observeres, bedes dette videregivet til personalet på afdelingen.

Ved fejlsynkning

Når der er symptomer på fejlsynkning, vurderer plejepersonalet eller en ergoterapeut, hvordan patienten kan ernæres for at undgå eventuel fejlsynkning.

Der er forskellige grader af fejlsynkning. Der er derfor behov for at personalet tager stilling til

- Om det er forsvarligt, at patienten får mad og drikke via munden
- Hvilken konsistens af mad og drikke, patienten kan spise og drikke
- Hvem der bedst muligt hjælper patienten med at spise og drikke

Fejlsynkning kan undgås ved at tilpasse konsistensen af mad og drikke til patientens aktuelle evne til at tygge og synke ved f.eks. at tilbyde gratinkost eller væske med fortykningsmiddel i, idet tynde væsker lettere fejlsynkes. Konsistenserne benævnes hos os som niveau 1-4.

Desuden kan en optimal siddestilling under måltidet afhjælpe fejlsynkning.

Hvis patienten har problemer med at synke, kan det være nødvendigt at det udelukkende er en ergoterapeut eller én fra plejepersonalet, der giver patienten mad og drikke.

I nogle tilfælde kan det være nødvendigt at ernære patienten via drop eller sonde, hvis det ikke er muligt for patienten at synke tilpasset kost uden at fejlsynke eller at indtage tilstrækkelig mængde mad og drikke. Anlæggelse af en sonde kan være både midlertidigt eller varigt.

I nogle tilfælde er det muligt at genoptræne synkevanskeligheder med ergoterapi.

Mad på afdelingen

På den enkelte afdeling bestilles mad, som tilgodeser den enkelte patients behov.

Hvis du/I ønsker at medbringe mad og drikke hjemmefra, er det vigtigt, at du/I henvender jer til personalet, som hjælper med at sikre, at patienten tilbydes mad og drikke med den rette konsistens.