

Vejledning om konsistens af mad og drikke, når du har synkebesvær

Til: _____ og pårørende.

Dato: _____

Du har besvær med at synke mad og drikke. Formålet med denne vejledning er at give dig anvisninger til, hvordan du spiser og drikker, så du undgår at få maden i den gale hals.

SIDDESTILLING

Sid så oprejst som muligt, når du skal spise eller drikke. Sid gerne ved et bord.

Hvis du vil sidde i sengen, kan vi hjælpe dig med at sidde godt i sengen med hævet hovedgærde og sænket fodende.

For at undgå at du får mad og drikke i den gale hals, anbefaler vi, at du følger nedenstående (markeret med X).

KONSISTENS PÅ MAD

- Kogte grøntsager, sovs, dampet fisk, hakkede kødretter, suppe med kød- og melboller, ris med boller i karry, pasta, blødt pålæg, fx æg, torskerogn, sild (også kaldet "blød kost")
- Kartoffelmos, timbale, grød med let struktur, gelé, rugbrød (også kaldet "gratin kost")
- Øllebrød, havregrød, yoghurt uden frugtstykker, frugtgrød, fromage, is, kartoffelmos, sovs, lege-rede supper (også kaldet "blendet kost")
- Andet: _____

KONSISTENS PÅ DRILLEVARER

- Kakao (½ mål Thick & Easy® pr. 200 ml væske)
- Sirup (1 mål Thick & Easy® pr. 200 ml væske)
- Yoghurt (2 mål Thick & Easy® pr. 200 ml væske)
- Budding (3 mål Thick & Easy® pr. 200 ml væske)

KONTAKT OG MERE VIDEN

Har du spørgsmål, er du velkommen til at kontakte os.



Kontakt

Fysio- og Ergoterapi
Tlf. 97 66 42 10