

Voeding en slikstoornissen

Benedicte Defever

www.nutrify.be

info@nutrify.be

Programma

- Het slikproces
- Voorkomen dysfagie
- Oorzaken dysfagie
- Consistentie aanpassing
- Ondervoeding
 - Screening
 - Oorzaken
 - Aanpak
 - Specifieke voedingen

Deel 2

THEORIE OVER HET VERLOOP VAN DE SLIK

Fase 1 Orale fase

Fase van het slikproces	Normaal slikproces	Stoornis
1. orale voorbereidings-fase	Het eten wordt in de mond genomen. Het voedsel wordt gekauwd en vermengd met speeksel. De voedselbolus wordt gevormd, waarna het voedsel wordt vastgehouden in het voorste gedeelte van de mond tussen de tong, tanden, wangen en het harde verhemelte	- lekkage van het voedsel/drinken en/of speeksel uit de mond - onvermogen voedsel te verzamelen in de mond - pijn bij het kauwen

Fase 2 orale transport fase

2. orale transportfe	In de orale transportfase wordt de bolus door de tong naar achteren richting de keelholte getransporteerd	- nasale regurgitatie: door een inefficiënte afsluiting van het zachte gehemelte komt voedsel of vloeistof uit de keelholte in de neusholte terecht, de patiënt begint te niesen of het eten/drinken komt via de neusgaten terug - onvermogen te slikken door hersenbeschadiging of hersenzenuwuitval - slikapraxie: patiënten weten niet hoe ze moeten slikken - onvermogen een voedselbolus te vormen door xerostomie: verminderde of geen speekselproductie - verzamelen van voedsel en/of speeksel in de mondholte: niet door kunnen slikken - pijn bij het gaan slikken
----------------------	--	---

Fase 3 Faryngale fase

3. faryngeale fase

In deze fase wordt de voedselbolus van de keelholte naar de slokdarm getransporteerd. Om te voorkomen dat voedsel in de luchtweg komt, wordt deze reflexmatig kortdurend afgesloten. Deze slikbeweging wordt veroorzaakt door de slikreflex:

- De neusholte wordt afgesloten doordat het zachte gehemelte tegen de achterkeelwand wordt gedrukt.
- Het strottenhoofd beweegt tijdens het slikken naar voren en naar boven.
- De stembanden sluiten zich, het strottenklepje daalt over de luchtweg, ademen is even niet mogelijk.

- **passageklachten:** het voedsel / blijft achter in de keelholte. Op het moment dat de slikreflex voorbij is, is de luchtweg weer vrij en kan residu door inademing in de luchtpijp terechtkomen.

- **penetratie:** het voedsel en/of drank verzamelt zich op de stembanden

- **aspiratie:** voedsel en/of drank komt onder het stembandniveau terecht komt.

- **pijn** bij het slikken

Fase 4 oesofagale fase

4. oesofageale fase

De oesofageale fase begint met het ontspannen van de bovenste slokdarmsluitspier, gevolgd door de peristaltische beweging van de slokdarm die de voedselbolus naar beneden duwt, richting de maag.

reflux: het terugvloeien van voedsel en dranken van de maag naar de slokdarm en keelholte. Wanneer het terechtkomt in de keelholte kan het geaspireerd worden = in de luchtpijp onder stembandniveau.

-**pijn** bij het transport van het voedsel, voelbaar achter het borstbeen

<https://www.youtube.com/watch?v=KNYgbN9SIfk> 1,20 min

Slikbeweging

[Hoe werkt slikken? - YouTube](#)

[Wat gebeurt er als je je verslikt? - YouTube](#)

Deel 1

**WE ONDERZOEKEN WAT DE TONG ALLEMAAL KAN
EN WAT HAAR FUNCTIE IS IN HET SLIKVERHAAL**

Beweeg eens met je tong in je mond

- Bedenk zelf bewegingen met je tong in je mond
- Zeg een paar keer KAAAK
- Zeg een paar keer Coca Cola
- Zeg een paar keer dank U

- Neem enkele slokjes water en voel wat je tong doet als je slikt. Het gaat heel vlug !!
- Neem een slokje water en kijk een beetje omlaag en slik zo door
- Neem een slokje water en kijk omhoog en slik zo door

Slik opnieuw een slokje water door en kijk naar je buur, en kijk of je de slik ziet gebeuren. Neem een slokje : de partner observeert of hij/ zij de slik goed kan zien. Waar moet je naar kijken ? Waar ga je hiervoor best zitten ? Voel bij jezelf hoe je tongpunt en tongbasis tegen je gehemelte komen.

- Duw met je tong in je mond, maak een bultje in je wang , doe dit 10 keer, voel wat er gebeurt. Als je niks voelt doe je het nog 10 keer.
- Neem een koekje (TUCS, CARELLI, LETTERKOEKJES voorzien) en kauw er goed op en slik het door. Kauw 3 keer en voel wat je tong doet (Als je liever niets eet, dan speel je toneel, dan doe je alsof je iets eet)

Goed Slikken heeft te maken met 3 belangrijke elementen

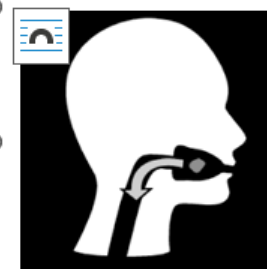
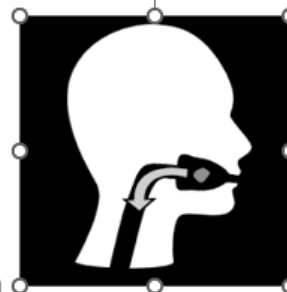
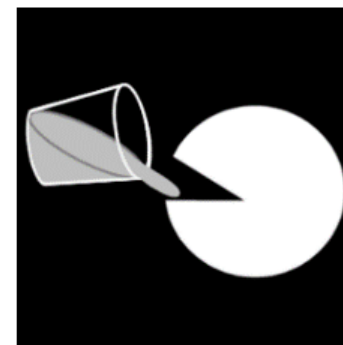
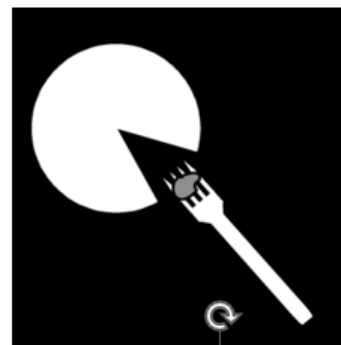
- Tongkracht
- Snelheid van bewegingen in de larynx (heffing van de larynx, sluiten van de epiglottis)
- Coördinatie Ademhaling en Slikken

Bij onze oudere populatie verminderen de tongbewegingen !

Enkele bedenkingen hierbij :

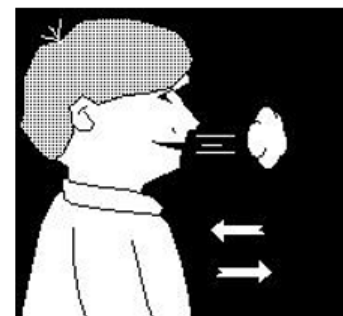
- Minder spreken en dus minder tongbewegingen
- Dit geeft minder speeksel en droge mond
- En dus ook minder smaak
- Dus... minder goede slik en dus risico op moeilijker eten en verslikken
- Soms nood aan gemixte voeding dus minder tongbewegingen
- Wat is oorzaak – Wat is gevolg ?

Afwisselen tussen 1 hap eten en 1 slok drinken



Twee keer slikken

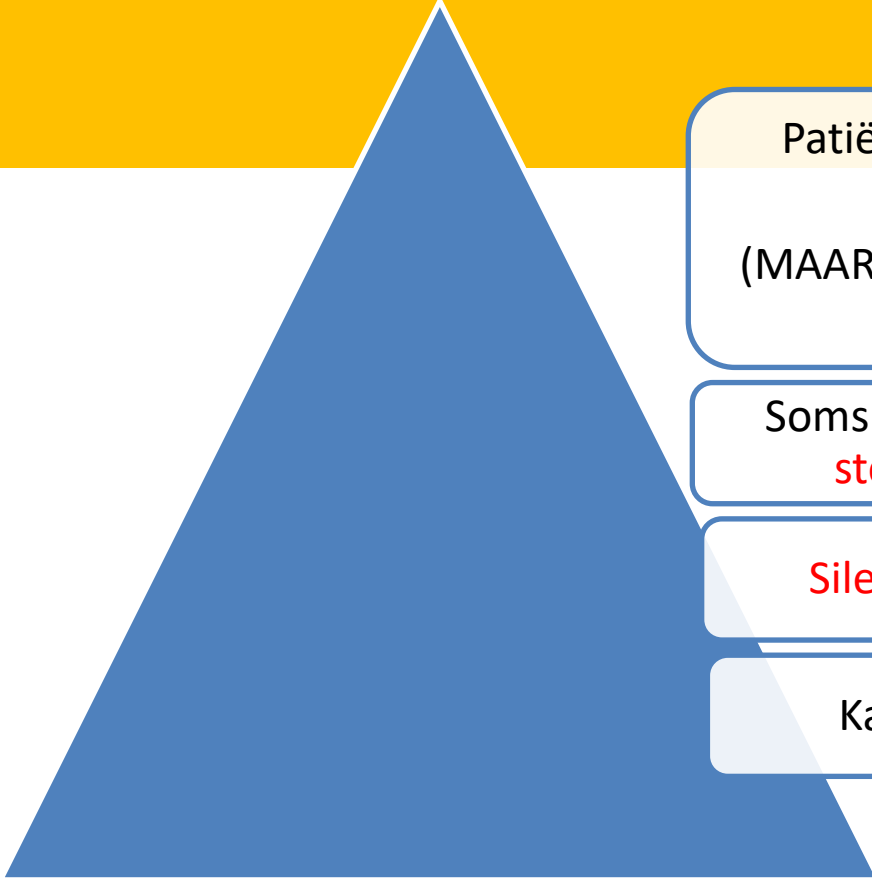
Op adem komen
= bij ademen tussendoor



Hoesten of Kuchten tijdens of na de
maaltijd

= Normaal ?

Dit is dus het Probleem,
dit is dus wat er gebeurt :
Er sijpelt een beetje eten of drinken (of speeksel)
langs de epiglottis in de luchtwegen



Patiënt **hoest** : dus tijdelijk
opgelost .

(MAAR = alarmteken dat er iets
misliep)

Soms hoor je **een rochelende
stem na** eten/ drinken

Silentieus : je merkt niets

Kan ook **met speeksel**

Waarom slikken na de hoest ?

Wat kan je doen bij ernstig verslikken

- Bewoner aanspreken : Je bent je hevig aan het verslikken, Ik ga je helpen, is dat OK ?
 - Mond controleren en leegmaken
 - Heimlich manoeuvre ...
 - “Heimlich BIS” = Lichtjes aangepast :
 1. Tijdens de HOEST(= meedrukken net onder de ribben) en
 2. Elke HOEST moet EFFECT hebben = max 2 keer KRACHTIG laten hoesten
 3. daarna Laten doorslikken
- Dan weer even bij – ademen
en opnieuw KRACHTIG laten hoesten en mee drukken
- Verslikincident Rapporteren in Medisch Dossier
 - Volgende dagen extra alert zijn voor complicaties zoals Koorts, Longontsteking :
Tijdig starten met behandeling
 - Bespreken in team : Is er een slikprobleem ? Doorverwijzen naar een Logopedist ?
Slikscreening ?

Praktische oefening na Demonstratie

Wat doen bij ernstig verslikken ?

Je bewoner blijft hoesten met kleine kuchjes. Je moet op hem inspreken dat hij moet Stoppen met hoesten en moet slikken. Dan weer rustig even laten bij ademen en nog eens Stevig hoesten

Per 2 : beiden rollen moeten gespeeld worden, 2 toeschouwers die tips mogen geven.

Aangepaste voeding en drank

Consistentie vast voedsel (vroeger)

- niveau 1: puree, voor matige tot ernstige dysfagie: voedingsmiddelen verwerkt tot puree met een gladde en homogene textuur, zonder klonters, zoals pudding
- niveau 2: gehakt/gemalen, voor lichte tot matige orofaryngeale dysfagie: het voedsel is bevochtigd, gehakt/gemalen en heeft een weke textuur, met stukjes van maximum 1/4 duim (6 mm); tussen puree en meer vast voedsel; enig kauwvermogen is noodzakelijk
- niveau 3: niet hard, voor lichte dysfagie: voedsel van de meeste texturen, behalve hard, knapperig, klevend of rafelend voedsel
- niveau 4: alle voedsel voor zover het verdragen wordt.

Voorkomen van dysfagie

- De prevalentie is hoger
 - bij ouderen met neurologische stoornissen
 - neemt algemeen toe met de leeftijd en de mate van kwetsbaarheid.

Bij niet-geïstitutionaliseerde ouderen

- tot 13% bij ouderen vanaf 65 jaar.
- 16% tussen 70 en 79 jaar
- 33% in de leeftijdscategorie boven 80 jaar.

Bij geïstitutionaliseerde ouderen wordt een cijfer van 50 tot 51% naar voren geschoven.

Oorzaken van dysfagie

- Ouderdom/ Dementie
- Neurologische problemen Medicijnen
- Kanker in het hoofd-halsgebied

Oorzaken : neurologie

- Neurologische
 - beroerte, dementie
 - Ziekte van Parkinson
 - ALS
- Slechte coördinatie van de slikbeweging
- En minder gevoel in de mond

Oorzaken : medicatie

Bepaalde geneesmiddelen, kunnen dysfagie verergeren

- Spierkracht verminderen of coördinatie verstoren zoals moeilijk kauwen
- Tong kan voedsel minder goed verplaatsen
- Traagwerkend strottenklepje
- Kalmerende geneesmiddelen verminderen de waakzaamheid en verhogen het risico op verslikken.
- Opioiden onderdrukken de beschermende hoestreflex
- Psychofarmaca kunnen Parkinsonisme uitlokken en
- Medicatie die droge mond geeft

Oorzaken

- Kanker in het hoofd-halsgebied
 - Cystostatica – droge mond geven
 - Radiotherapie met chirurgie van mond kaak...
 - Chirurgie

Presbyfagie

- Presbyfagie is dysfagie ten gevolge van het natuurlijke verouderingsproces.
- Fysiologische veranderingen bij het verouderen:
 - verlies van spiermassa en -functie,
 - weefsels worden minder soepel, wijzigingen ter hoogte van de halswervels
 - verminderde speekselproductie, slecht gebit, verminderde gevoeligheid in mond- en/of keelgebied, afname van de reuk- en smaakfuncties en verstoorde slikmechanismen..

Gevolgen van dysfagie

- Aspiratie van voedsel in de luchtwegen (of bacterieel besmet speeksel): chronische bronchiale ontsteking, aspiratie- of slikpneumonie.
- Gewichtsverlies Ondervoeding, uitdroging, moeite met het innemen van bepaalde geneesmiddelen.
- Verminderde levenskwaliteit, opzien tegen maaltijden, plezier tijdens het eten verliezen, sociaal isolement.
- Verhoogde kans op overlijden

Symptomen en alarmsignalen

- Verandering in eetgewoonten.
 - Hoesten tijdens of na de maaltijd.
 - Het gevoel van een brok in de keel tijdens het doorslikken (globusgevoel).
 - Moeite om te ademen tijdens of na de maaltijd.
 - Verandering van stem.
 - Ongewild vermageren.
 - Ongewoon traag eten.
 - Ouderen zijn zich vaak niet bewust van hun slikproblemen.
- Verslikken kan soms onopgemerkt verlopen bij een verminderde hoestreflex. Herhaalde luchtweginfecties kunnen dan ook op een slikstoornis wijzen.

Rol van de omgeving, de zorgverleners en het gespecialiseerde team

- Het is belangrijk dat alle betrokkenen (familieleden, zorgverleners met onder meer de huisarts, omgeving goed op de hoogte zijn van de slikproblemen
 - aandacht hebben voor de symptomen en alarmsignalen,
 - de richtlijnen leren toepassen om de patiënt te helpen bij het eten en het slikken zonder zich te verslikken
 - weten wat te doen als de persoon zich (ernstig) verslikt.

Behandeling van slikstoornissen

1. Slikrevalidatie
2. Compensaties en hulpmiddelen
3. Aangepaste voeding
4. Medische behandeling

Behandeling van slikstoornissen

1. Slikrevalidatie
2. Houding en hulpmiddelen
3. Aangepaste voeding
4. Medische behandeling

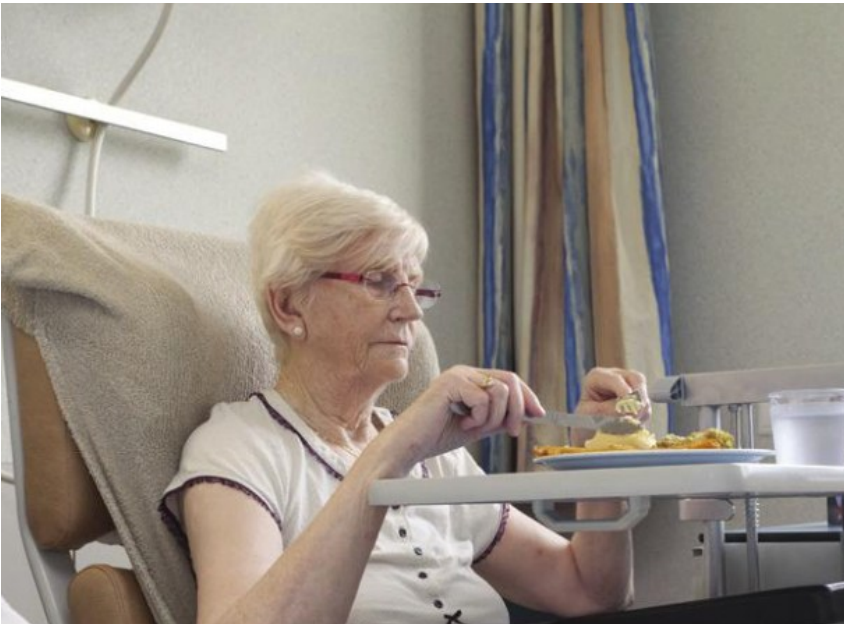
BELANG VAN EEN GOEDE HOUDING

1. Houding : rechtop zitten !!





2. Houding : Kin naar omlaag



- Deze houding 30 minuten
NA het eten behouden

Behandeling van slikstoornissen

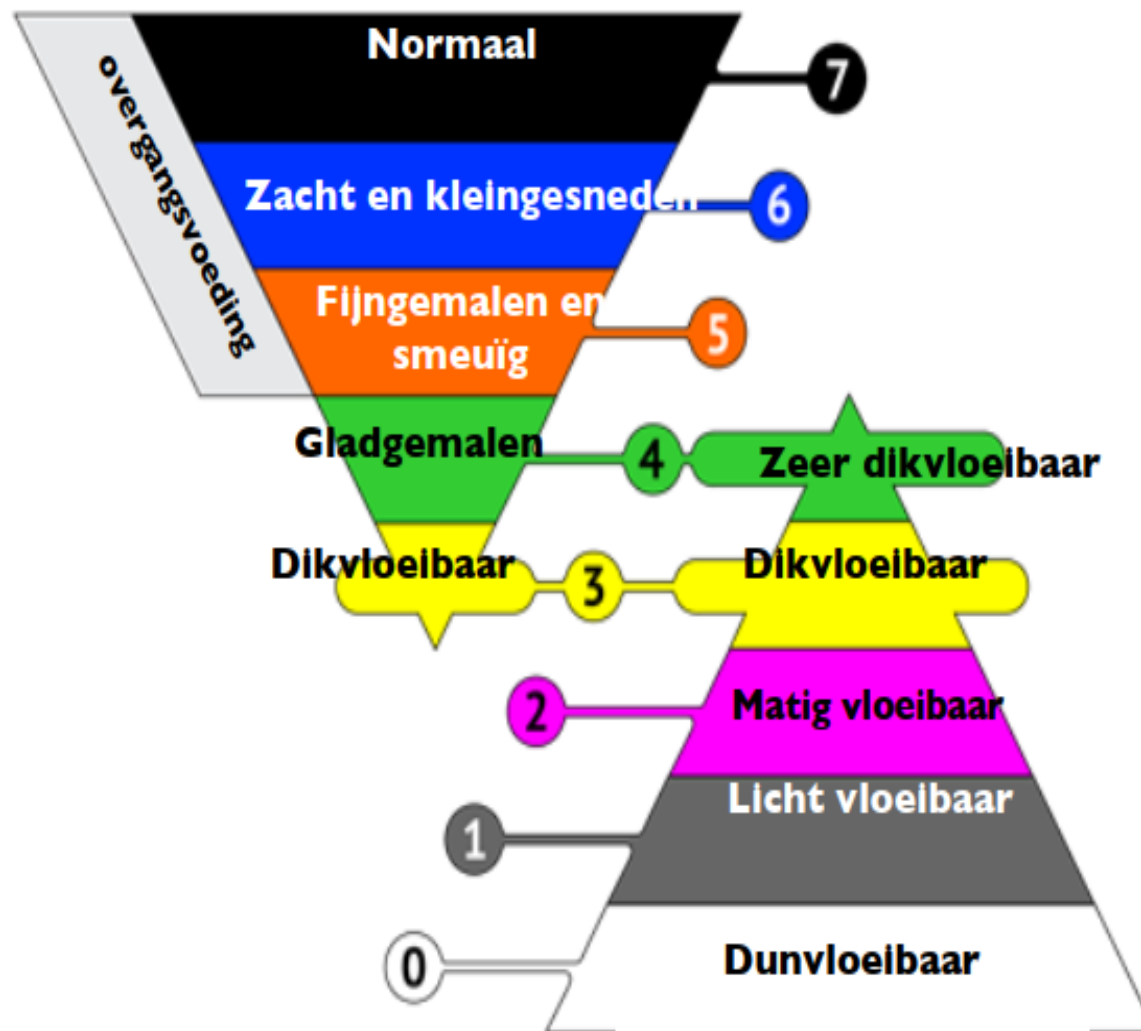
1. Slikrevalidatie
2. Compensaties en hulpmiddelen
3. Aangepaste voeding
4. Medische behandeling

De consistentie van vloeistoffen en vast voedsel (vroeger)

- helder: vloeistof die niet verandert
- nectar: vloeistof die langzaam van een schuin gehouden lepel loopt
- Honing vloeistof die in een lepel niet zijn vorm behoudt, maar te dik is om met een rietje op te drinken
- Pudding dikke vloeistof die in een lepel zijn vorm behoudt en te dik is om uit een kop op te drinken

Consistentie vast voedsel (vroeger)

- niveau 1: puree, voor matige tot ernstige dysfagie: voedingsmiddelen verwerkt tot puree met een gladde en homogene textuur, zonder klonters, zoals pudding
- niveau 2: gehakt/gemalen, voor lichte tot matige orofaryngeale dysfagie: het voedsel is bevochtigd, gehakt/gemalen en heeft een weke textuur, met stukjes van maximum 1/4 duim (6 mm); tussen puree en meer vast voedsel; enig kauwvermogen is noodzakelijk
- niveau 3: niet hard, voor lichte dysfagie: voedsel van de meeste texturen, behalve hard, knapperig, klevend of rafelend voedsel
- niveau 4: alle voedsel voor zover het verdragen wordt.





Dunvloeibaar



Beschrijving/ Karakteristieken	• Vloeistof stroomt als water • Snelstromend • Is te drinken via tuit, kopje of rietje, passend bij leeftijd en mogelijkheden
Fysiologische reden voor dit niveau van dikte	• Functionele vermogen om alle typen vloeistoffen veilig te drinken
Testmethode http://iddsi.org/framework/drinken-test-methode/	
IDDSI vloeistoftest*	• Testvloeistof stroomt volledig binnen 10 seconden door een spuit van 10 ml en laat geen residu achter (zie instructies van de IDDSI Flow Test *).



Licht vloeibaar



Beschrijving/ Karakteristieken	• Dikker dan water • Vereist een beetje meer inspanning om te drinken dan dunne vloeistoffen • Stroomt door een rietje, spuit, tuit • Vergelijkbaar met de dikte van de in de handel verkrijgbare zuigelingenvoeding met 'anti-regurgitatie' (AR)
Fysiologische reden voor dit niveau van dikte	• Overwegend gebruikt in de pediatrische populatie als een verdikte drank die de stroomsnelheid vermindert en toch nog zuigend door een speen kan stromen.
Testmethode http://iddsi.org/framework/drinken-test-methode/	
IDDSI vloeistoftest*	• Testvloeistof stroomt door een spuit van 10 ml, waarbij 1-4 mL in de spuit na 10 seconden achterblijft, zonder residu aan de wand (zie instructies van de IDDSI Flow Test *).

Hoewel er beschrijvingen worden gegeven, moet u de IDDSI-testmethoden gebruiken om te bepalen of de vloeistof voldoet aan IDDSI-niveau 1.

TESTMETHODE

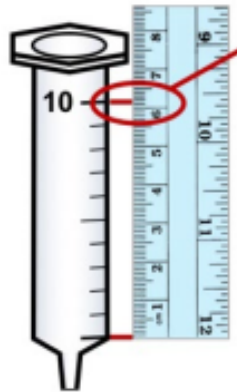
Zie ook het IDDSI-testmethode-document of <https://iddsi.org/framework/drink-testing-methods/>

IDDSI-vloeistoftest*

- Testvloeistof stroomt door een 10 ml-spuit[#] die na 10 seconden 1-4 ml in de spuit laat liggen (zie IDDSI Vloeistoftest instructies*).

#Voordat u de test doet...

moet u de spuitlengte **controleren**, want er zijn verschillen in spuitlengtes. Uw spuit moet er zo uitzien.



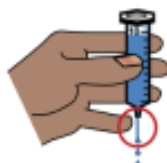
Lengte van 10 ml schaal
= 61,5 mm



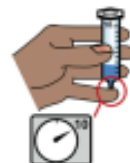
1. Verwijder de zuiger en bedek de conus met uw vinger



2. Vul spuit met 10 ml.

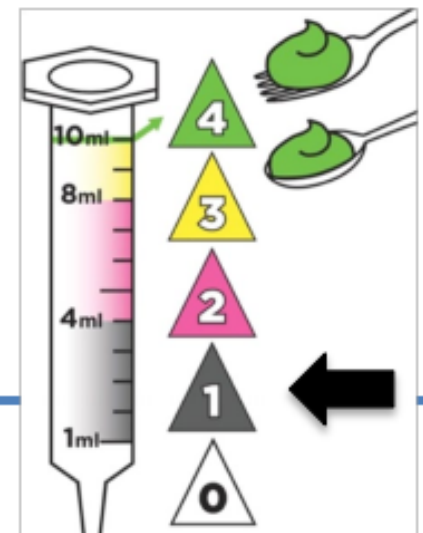


3. Laat de conus los en start de timer.



4. Na 10 sec plaatst u uw vinger weer op de conus.

Niveau 4: Gebruik IDDSI vorkdruppeltest of lepelkanteltest.





Matig vloeibaar



Beschrijving/ Karakteristieken	• stroomt van een lepel • kan geslurpt worden, giet snel uit een lepel, maar langzamer dan dunne dranken • Inspanning is vereist om deze dikte te kunnen drinken doorheen een standaard rietje (standaardboorgat = diameter 5,3 mm)
Fysiologische redenen voor dit niveau van dikte	• Wanneer dunne dranken te snel stromen om veilig beheerst te kunnen worden, zullen deze licht verdikte vloeistoffen iets langzamer stromen • Kan geschikt zijn als de tongmotoriek enigszins is verminderd.
Testmethode http://iddsi.org/framework/drinken-test-methode/	
IDDSI vloeistoftest*	• Testvloeistof stroomt door een spuit van 10 ml en laat na 10 seconden 4 tot 8 ml in de spuit achter (zie instructies voor IDDSI Flow Test *)

IDDSI-vloeistoftest*

- De testvloeistof stroomt door een 10 ml-spuit[#] en laat na 10 seconden 4 tot 8 ml in de spuit achter (zie de instructies van de IDDSI Vloeistoftest*).

#Voordat u de test doet...

moet u de spuitlengte *controleren*, want er zijn verschillen in spuitlengtes. Uw spuit moet er zo uitzien.



Lengte van 10ml schaal
= 61,5 mm



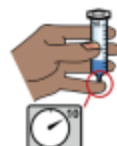
1. Verwijder de zuiger en bedek de conus met uw vinger



2. Vul spuit tot 10 ml.

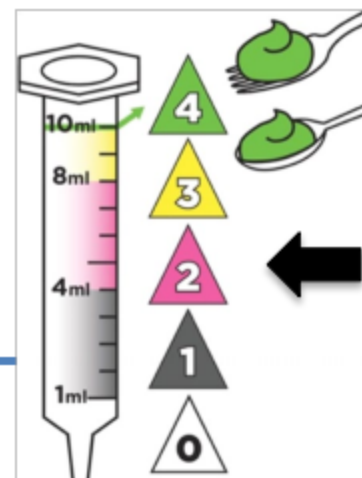


3. Laat de conus los en start de timer.



4. Na 10 sec plaatst u uw vinger weer op de conus.

Niveau 4: Gebruik IDDSI vorkdruppeltest of lepelkanteltest.





Dikvloeibaar / dikvloeibaar



Beschrijving / Karakteristieken

- Kan gedronken worden uit een beker
- Er is enige inspanning nodig om door een standaard rietje of een rietje met grote diameter te zuigen (rietje met 6,9 mm diameter).
- Kan niet op een bord worden gespoten, in lagen gelegd of in vormen gepresenteerd
- Kan niet met een vork worden gegeten omdat het langzaam in druppels tussen de tanden van een vork druipt
- Kan met een lepel worden gegeten
- Geen orale verwerking of kauwen vereist - kan direct worden geslikt
- Gladde textuur zonder 'brokjes' (klonters, vezels, stukjes schil of huid, schil, deeltjes van kraakbeen of bot)

Fysiologische reden voor dit niveau van dikte

- Als de tongcontrole onvoldoende is om licht verdikte dranken te beheersen (niveau 2), kan dit matig dikke niveau geschikt zijn
- Geeft meer tijd voor orale controle
- Heeft enige tongkracht nodig
- Pijn bij het slikken

Test Methode

<http://iddsi.org/framework/drinken-test-methodes/en>

IDDSI-vloeistoftest*	De testvloeistof stroomt door een 10 ml-spuit[#] en laat na 10 seconden > 8 ml in de spuit achter (zie instructie IDDSI Vloeistoftest*).
Vorkdruppeltest	- Druppelt langzaam in slierten door de tanden van een vork. - Wanneer een vork op het oppervlak van deze dikvloeibare consistentie wordt gedrukt, maken de tanden van de vork geen duidelijk patroon. - Spreadt zich uit op een vlakke ondergrond.
Lepelkanteltest	Loopt gemakkelijk van een gekantelde lepel; kleeft niet aan de lepel.
<i>Waar geen vorken beschikbaar</i> Stokjestest	Eetstokjes zijn niet geschikt voor deze consistentie.
<i>Waar geen vorken beschikbaar</i> Vingertest	Het is moeilijk om iets van deze consistentie vast te houden met de vingers, want deze consistentie glijdt soepel en gemakkelijk tussen de duim en de vingers, waarna er een laagje achterblijft.
Voedselspecifiek of Andere voorbeelden (NB: deze lijst is niet uitputtend)	De volgende items kunnen in IDDSI-niveau 3 passen: - Zuigeling 'eerste vaste voedsel' (dun gepureerd fruit) - Sommige sauzen en jus, zoals bevestigd door IDDSI Vloeistoftest - Sommige siropen, zoals bevestigd door IDDSI Vloeistoftest



dikvloeibaar
dikvloeibaar



Druppelt langzaam of in slierten door
de tanden van een vork



GLADGEMALEN ZEER DIK VLOEIBAAR



IDDSI
International Dysphagia Diet
Standardisation Initiative
www.iddsi.org

Beschrijving/ Kenmerken

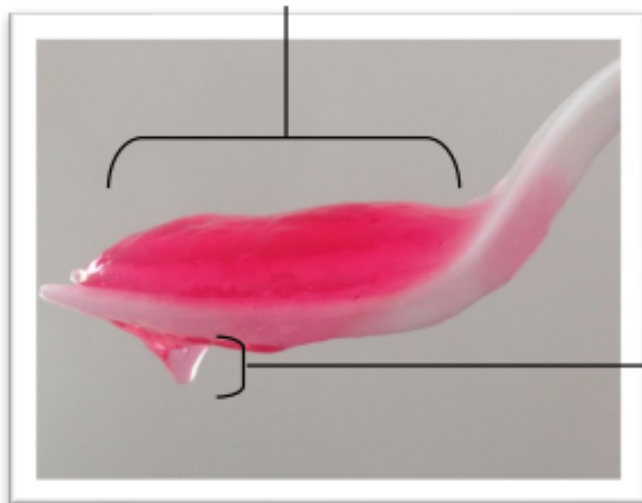
- Meestal gegeten met een lepel; een vork is mogelijk.
- Kan niet uit een kopje gedronken worden omdat het niet echt stroomt.
- Kan niet door een rietje gezogen worden.
- Vereist geen kauwen.
- Kan worden gevormd of gegoten omdat het zijn vorm behoudt, maar hoeft niet te worden gekauwd als het in deze vorm wordt aangeboden.
- Laat een zeer langzame beweging zien onder zwaartekracht, maar kan niet worden gegoten.
- Valt bij kantelen in zijn geheel van een lepel af en blijft daarbij de vorm op een bord houden.
- Zonder stukken, brokken of klonters.
- Niet plakkerig.
- De vloeistof mag niet scheiden/schiften van de vaste stof.

Fysiologische redenen voor dit niveau van dikte

- Als de tongcontrole aanzienlijk is verminderd, kan deze consistentie het gemakkelijkst te hanteren zijn.
- Vereist minder tongkracht dan fijn gemalen & smeug (niveau 5), zacht & kleingesneden (niveau 6) of normaal/makkelijk te kauwen (niveau 7), maar meer tongkracht dan dikvloeibaar (niveau 3)
- Bijten of kauwen is niet nodig.
- Meer kans op oraal en/of faryngeaal voedselresidu als het te plakkerig is.
- Voedingsmiddelen die kauwen of veel bolusvorming vereisen, zijn niet geschikt.

IDDSI-vloeistoftest*	De IDDSI Flow-test is niet van toepassing, gebruik de vorkdruppeltest of lepelkanteltest.
Vorkdruktest	- Glad, zonder klonters en met minimale vezels. - Wanneer een vork op het oppervlak van deze consistentie wordt gedrukt, kunnen de tanden van de vork een duidelijk patroon op het oppervlak maken en/of houdt het voedsel de inkeping van de vork vast.
Vorkdruppeltest	Het voedsel ligt in een bergje op de vork; een kleine hoeveelheid kan doorstromen en een korte staart vormen onder de vork, maar stroomt of druppelt <u>niet continu</u> door de tanden van een vork (zie onderstaande foto).
Lepelkanteltest	- Vast genoeg om de vorm op de lepel vast te houden. - Alles moet van een volle lepel (af)vallen als de lepel gekanteld is of zijdelings is gedraaid; een zeer zachte beweging (met alleen vingers en pols) kan nodig zijn om het voedsel van de lepel te verwijderen, maar het moet er gemakkelijk af glijden en zeer weinig voedsel op de lepel achterlaten. Een dunne film die na de lepelkanteltest op de lepel achterblijft is acceptabel, maar u moet de lepel wel door de dunne film heen kunnen zien; d.w.z. het voedsel mag <u>niet</u> stevig en plakkerig zijn. - Kan zich licht uitspreiden of heel langzaam inzakken op een vlakke plaat.
<i>Waar geen vorken beschikbaar zijn</i> Stokjestest	Eetstokjes zijn niet geschikt voor deze consistentie.
<i>Waar geen vorken beschikbaar zijn</i> Vingertest	Het is goed mogelijk om een stukje van deze consistenties vast te houden met de vingers. Het glijdt soepel en gemakkelijk tussen de vingers en laat een merkbaar laagje achter.
Indicatoren dat een voeding te dik is...	- Valt niet van de lepel (af) wanneer deze gekanteld wordt. - Blijft plakken aan de lepel.

Ligt als een geheel op de
vork

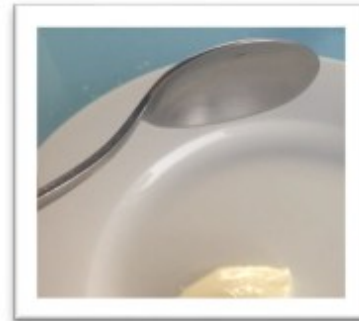
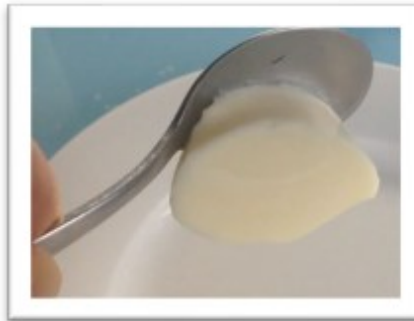
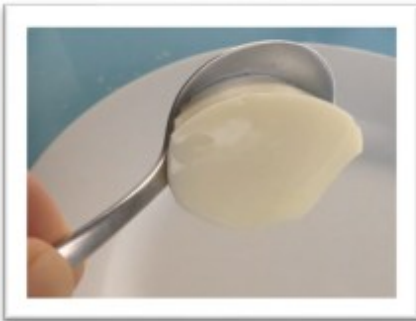


**GLADGEMALEN
ZEER DIKVLOEIBAAR**



Druipt iets door de tanden van een vork, maar niet
continu.

Lepelkanteltest: behoudt zijn vorm op lepel; niet stevig en kleverig; weinig voedsel blijft

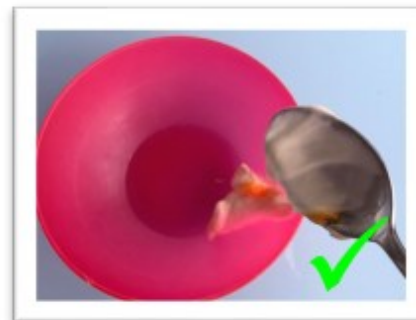
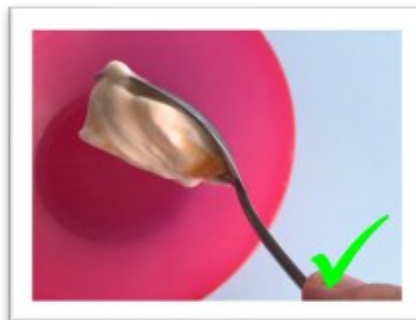


De volgende afbeeldingen tonen voorbeelden van voedingsmiddelen die volgens de IDDSI lepelkanteltest geschikt of ongeschikt zijn voor niveau 4.

VEILIG: Houdt de vorm op de lepel; niet stevig en plakkerig; weinig voedsel achter op lepel.



VEILIG: Houdt de vorm op de lepel; niet stevig en plakkerig; weinig voedsel achter op lepel.



ONVEILIG: Houdt vorm op lepel; STEVIG EN PLAKKERIG; VEEL VOEDSEL blijft achter op lepel



Iddsi 4 video

- Iddsi 4 video [DYSPHAGIA MEAL PREP: STEAK AND CHIPS \(IDDSI LEVEL 4 PUREED\)](#)



FIJNGEMALEN & SMEUÏG



IDDSI

International Dysphagia Diet
Standardisation Initiative
www.iddsi.org

Beschrijving/Kenmerken

- Kan worden gegeten met een vork of lepel.
- Kan in sommige gevallen met eetstokjes worden gegeten, als het individu een zeer goede handigheid heeft.
- Kan worden geschept en gevormd (bijv. in de vorm van een bal) op een plaat.
- Zacht en vochtig zonder aparte dunne vloeistof.
- Kleine klontjes zichtbaar in het voedsel:
 - voor kinderen maximaal 2 mm breed en maximaal 8 mm lang,
 - voor volwassenen maximaal 4 mm breed en maximaal 15 mm lang.
- Klonten zijn gemakkelijk te pletten met de tong.

Fysiologische reden voor dit niveau van dikte

- Bijten is niet nodig.
- Minimaal kauwen is vereist.
- Tongkracht is voldoende om de zachte kleine deeltjes in deze consistentie te scheiden.
- Voldoende tongdruk is nodig om de bolus te verplaatsen.
- Bij pijn of vermoeidheid tijdens kauwen.
- Bij ontbrekende tanden of slecht passende gebitsprothese.

Vorkdruktest	• Wanneer er met een vork op wordt gedrukt, moeten de deeltjes gemakkelijk gescheiden kunnen worden en door de tanden van de vork komen. • Kan gemakkelijk worden geprakt/geplet met weinig druk van een vork [druk mag de duimnagel <u>niet</u> te wit maken].
Vorkdruppeltest	• Wanneer het voedsel met een vork wordt opgeschept, blijft het een bergje en vloeit het niet gemakkelijk of volledig door de tanden van de vork.
Lepelkanteltest	• Vast genoeg om de vorm op de lepel vast te houden. • Het voedsel van een volle lepel moet van de lepel vallen als de lepel wordt gekanteld of zijdelings wordt gedraaid of licht wordt geschud; het voedsel moet er gemakkelijk afglijden met zeer weinig voedsel op de lepel; d.w.z. het voedsel <u>mag niet</u> kleverig zijn. • Een bergje voeding kan zich iets verspreiden op een bord.
<i>Waar geen vorken beschikbaar zijn</i> Eetstokjestest	• De eetstokjes kunnen worden gebruikt om deze consistenties te pakken of vast te houden als het voedsel vochtig en samenhangend is <i>en</i> de persoon zeer goede handigheid heeft om eetstokjes te gebruiken.

GROENTEN

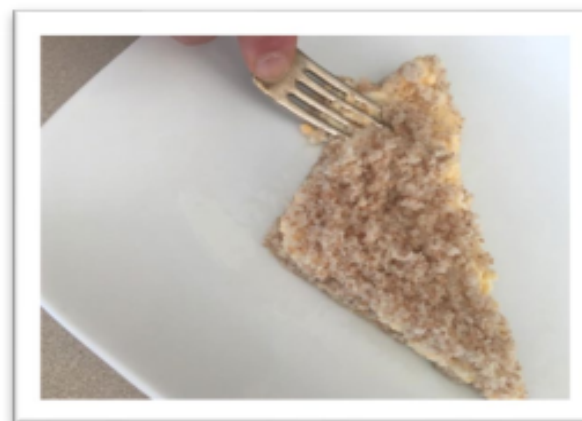
- Serveer fijngemalen of gepureerd
- Laat elke vloeistof weglopen
- Indien nodig, serveer in een matig dikke of (zeer) dikke gladde saus of jus EN laat het overtollige vocht uitlekken. Er mag geen dunne vloeistof van het voedsel vrijkomen.
 - Voor kinderen: maximaal 2 mm breed en 8 mm lang;
 - Voor volwassenen: maximaal 4 mm breed en 15 mm lang.

ONTBIJTGRANEN

- Dik en glad met kleine zachte klontjes/klonters
 - Voor kinderen: maximaal 2 mm breed en 8 mm lang;
 - Voor volwassenen: maximaal 4 mm breed en 15 mm lang.
- Consistentie volledig zacht
- De melk of vloeistof mag niet loskomen van het graan. Laat het overtollige vocht voor het opdienen afvloeien.

BROOD

- Geen gewoon droog brood of toast van welke aard dan ook.
- Gebruik de IDDSI-niveau 5 fijngemalen & smeug recepten video:
<https://www.youtube.com/watch?v=W7bOufgmz18>
- Geweekt brood dat zeer vochtig is.



RIJST, COUSCOUS, QUINOA (en soortgelijk voedsel)

- Niet kleverig of plakkerig.
- Mag niet in deeltjes of in afzonderlijke korrels zijn bij het koken en opdienen.
- Serveer met een zachte, matig dikke of (zeer) dikke saus EN de saus mag niet loskomen van rijst, couscous, quinoa (en soortgelijk voedsel). Laat het overtollige vocht afvloeien voor het opdienen.

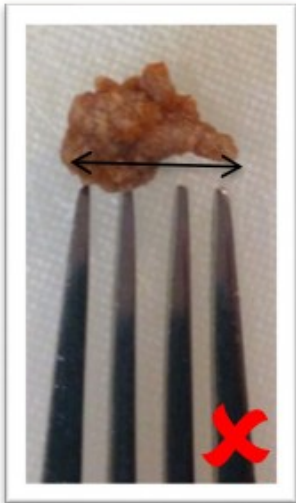
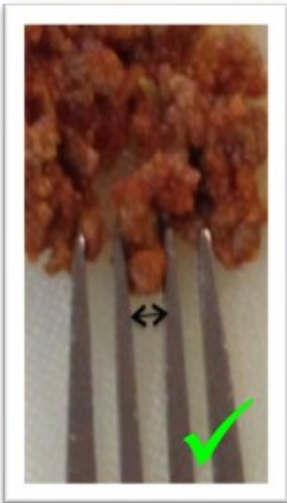
VLEES

- Fijngemalen* of gehakt* en smeug:
 - Voor kinderen: maximaal 2 mm breed en 8 mm lang;
 - Voor volwassenen: maximaal 4 mm breed en 15 mm lang.

- Serveer in matig dikke of (zeer) dikke, gladde, saus of jus, waarbij overtollig vocht wordt weggedaan.

* Als de voeding niet fijngehakt kan worden, moet het worden gepureerd.

Gebruik de ruimte tussen de tanden van een vork (4 mm) om te bepalen of de grootte van de stukjes geschikt is.



VIS

- Fijn gepureerd in matig dikke of (zeer) dikke gladde saus of jus, waarbij overtollige vocht wordt weggedaan.
 - Voor kinderen: maximaal 2 mm breed en 8 mm lang;
 - Voor volwassenen: maximaal 4mm breed en 15 mm lang.

Let op: de grootte van de stukjes voor alle voeding van niveau 5 (fijngemalen en smeug) moet zijn:

- Voor kinderen maximaal 2 mm breed en 8 mm lang;
- Voor volwassenen maximaal 4mm breed en 15 mm lang.

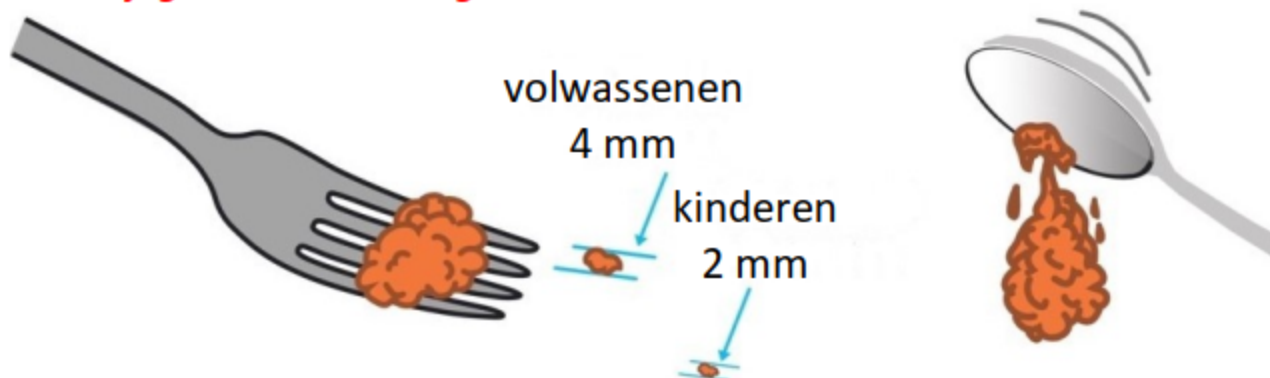
FRUIT

- Serveer fijngemalen of gepureerd
- Overtollig sap wegnemen
- Indien nodig, serveer in matig dikke of (zeer) dikke gladde saus of jus EN laat het overtollige vocht uitlekken.

Er mag geen dunne vloeistof van het voedsel vrijkomen.

- Voor kinderen: maximaal 2 mm breed en 8 mm lang;
- Voor volwassenen: maximaal 4 mm breed en 15 mm lang.

Fijngemalen en smeugig voedsel moet alle drie de testen doorstaan!



IDDSI-vorktest

Kinderen, maximaal 2 mm breed en 8 mm lang.

Volwassenen, maximaal 4 mm breed en 15 mm lang.

4 mm is ongeveer de ruimte tussen de tanden van een standaard vork.

+

Zacht genoeg om gemakkelijk met een vork of lepel te pletten.

Bij deze druk mag de duimnagel *niet* wit worden.

+

IDDSI lepelkanteltest

Het voedsel houdt zijn vorm op de lepel en valt er vrij gemakkelijk af als de lepel wordt gekanteld of licht wordt geschud.

Het voedsel mag **niet** stevig of kleverig zijn.

Iddsi 5 video

- [https://www.youtube.com/watch?v=piC6Uuu
a97A](https://www.youtube.com/watch?v=piC6Uuu
a97A)



ZACHT & KLEINGESNEDEN



Beschrijving/ Kenmerken

- Kan worden gegeten met een vork, lepel of eetstokjes.
- Kan worden klein gemaakt worden met druk van de vork, lepel of eetstokjes.
- Een mes is niet nodig om het voedsel klein te snijden, maar een mes kan worden gebruikt om met mes en vork te kunnen eten.
- Zacht en mals, maar zonder aparte dunne vloeistof.
- Kauwen is nodig om het door te kunnen slikken.
- 'Hapklare' kleine stukken, geschikt wat betreft leeftijd en orale controle:
 - *Kinderen: maximaal 8 mm stukken*
 - *Volwassenen: maximaal 15 mm (1,5 cm)*

Fysiologische reden voor dit niveau van dikte

- Afbijten is niet nodig.
- Kauwen is noodzakelijk.
- Maximale afmetingen zijn bedoeld om het risico op stikken na verslikken tot een minimum te beperken.
- Er is tongkracht en -controle nodig om het voedsel te verplaatsen voor kauwen en boluscontrole.
- Vraagt tongdruk voor de propulsie van de bolus die nodig is om het te kunnen door slikken.
- Bij pijn of vermoeidheid tijdens kauwen.
- Bij ontbrekende tanden en slecht passende gebitsprothese.

Vorkdruktest	• Met de zijkant van een vork kan deze consistentie worden 'gesneden' of in kleinere stukken worden gebroken. • Wanneer voedsel ter grootte van een duimnagel (15 mm x 15 mm) met de tanden van een vork wordt ingedrukt tot een druk waarbij de duimnagel wit wordt, dan valt of breekt het uit elkaar, verandert van vorm en komt het niet meer terug in zijn oorspronkelijke vorm als de vork wordt verwijderd.
Lepeldruktest	• Met de zijkant van een lepel kan deze consistentie worden 'gesneden' of in kleinere stukken worden gebroken. • Wanneer voedsel ter grootte van een duimnagel (15 mm x 15 mm) met de bolle kant van een lepel wordt ingedrukt, breekt het uit elkaar, verandert (het) van vorm en komt het niet meer terug in zijn oorspronkelijke vorm als de lepel wordt verwijderd.
<i>Waar geen vorken beschikbaar zijn</i> Stokjestest	• De eetstokjes kunnen worden gebruikt om deze consistentie in kleinere stukken te breken of erin te prikken.
<i>Waar geen vorken beschikbaar zijn</i> Vingertest	• Met voedsel grootte van een duimnagel (15 mm x 15 mm) is het mogelijk om deze consistentie met vingerdruk te pletten, zodat de duim en wijsvinger wit worden. Het stukje breekt uit elkaar en keert niet meer terug in zijn oorspronkelijke vorm als de druk eenmaal is opgeheven.

VLEES

- Gekookt, mals vlees met stukjes niet groter dan
 - voor kinderen: 8 mm stukken
 - voor volwassenen, 15 mm (1,5 x 1,5 cm)
 - Als de voeding niet zacht en mals kan worden geserveerd op 15 mm x 15 mm (zoals bevestigd met de vork- of lepel-druktest), serveer dan fijngemalen en smeug (niveau 5).

Opmerking - maximale grootte van het voedsel niveau 6 (zacht & kleingesneden:

- kinderen 8 mm
- volwassenen 15 mm

VIS

- Zacht genoeg gekookte vis om in kleine stukjes te breken met een vork, lepel of eetstokjes die niet groter zijn dan:
 - kinderen: 8 mm
 - volwassenen: 15 mm
- Zonder graten of taaie huid

STOFPOT/CURRY

- Vloeibare portie (bijv. saus) moet dik zijn (volgens de aanbevelingen van de behandelaar)
- Kan vlees, vis of groenten bevatten als de gekookte stukken zacht en mals zijn en niet groter dan
 - kinderen: 8 mm
 - volwassenen: 15 mm
- Zonder harde stukken

FRUIT

- Als het niet kan worden gesneden tot zachte & kleine stukken, serveer gemalen of gepureerd.
 - kinderen: 8 mm
 - volwassenen: 15 mm
- Vezelhoudende delen van fruit zijn niet geschikt.
- Overtollig sap wegnemen.
- Beoordeel per individu het vermogen om fruit met een hoog watergehalte (bijv. watermeloen) te kunnen eten, waarbij het sap zich tijdens het kauwen van de vaste stof in de mond afscheidt.

GROENTEN

- Gestoomde of gekookte groenten met uiteindelijke stukjes van
 - *kinderen: 8 mm*
 - *volwassenen: 15 mm*
- Roergebakken groenten kunnen te stevig zijn en zijn niet zacht of mals. Controleer de zachtheid met een vork- of lepeldruktest.

ONTBIJTGRANEN

- Glad met zachte klontjes niet groter dan
 - *kinderen: 8 mm*
 - *volwassenen: 15 mm*
- Consistentie zachter gemaakt
- Eventuele overtollige melk of vloeistof moet worden weggenomen en/of ingedikt tot de door de behandelaar aanbevolen dikte.

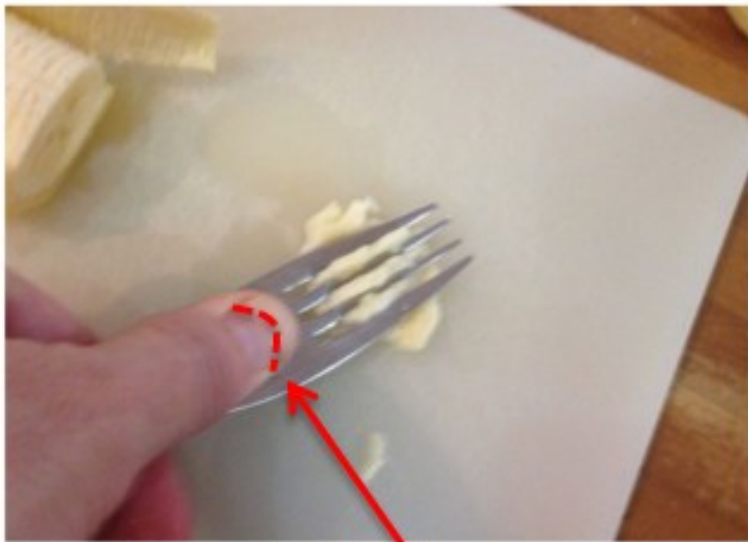
BROOD

- Geen gewoon brood of toast, van welke aard dan ook.
- Gebruik de IDDSI-niveau 5 fijn gemalen & smeug recepten video om brood te bereiden dat voldoet aan niveau 6 Zacht & Kleingesneden
<https://www.youtube.com/watch?v=W7bOufgmz18>
- Geweekt brood dat zeer vochtig is.



RIJST, COUCOUS, QUINOA (en soortgelijk voedsel)

- Niet korrelig, kleverig of plakkerig



Duimnagel wordt wit bij duwen.



Geprakt voedsel keert niet meer terug in zijn oorspronkelijke vorm wanneer de druk wordt losgelaten.

Voedselstukjes niet groter dan 8 mm x 8 mm voor kinderen

Voedsel niet groter dan 15 mm x 15 mm voor volwassenen

Zacht en kleingesneden voedsel moet volden aan zowel de deeltjesgrootte- als de zachtheidscriteria!

Duimnagel wordt wit. Geprakte voeding keert niet meer terug in zijn oorspronkelijke vorm wanneer de druk wordt losgelaten.





MAKKELIJK TE KAUWEN



IDDSI
International Dysphagia Diet
Standardisation Initiative
www.iddsi.org

Beschrijving/ Kenmerken

- Normaal, alledaags voedsel met een *zachte consistentie* passend bij de ontwikkeling en de leeftijd.
- Elke methode kan worden gebruikt om deze voeding te eten
- Op dit niveau 7 is de deeltjesgrootte van het voedsel niet beperkt, daarom kunnen stukken van *verschillende groottes* zijn.
 - Kleiner of groter dan 8 mm (kinderen)
 - Kleiner of groter dan 15 mm (volwassenen)
- Niet: hard, taai, vezelig, draderig, knapperig of kruimelige stukjes, pitten, zaden, vezelige delen van fruit, schillen of botten.
- Kan 'dubbele consistentie' of 'gemengde consistentie' bevatten, als niveau 0 ook veilig is volgens het oordeel van de behandelaar. Als niveau 0 onveilig is kunnen vloeistoffen ingedikt worden tot de door de behandelaar aanbevolen dikte.

Fysiologische reden voor dit niveau van dikte

- Vereist het vermogen om zacht voedsel af te bijten en te kauwen en lang genoeg te verwerken tot een zachte samenhangende bolus die 'klaar is om te slikken'. Vereist niet noodzakelijkerwijs tanden.
- Vereist de mogelijkheid om te kauwen en zacht voedsel oraal te verwerken zonder snel vermoeid te raken.
- Kan geschikt zijn voor mensen die hard of taai voedsel te moeilijk vinden of alleen met pijn kunnen kauwen en slikken.
- Dit niveau kan een risico zijn voor stikken na verslikken voor mensen met een klinisch gediagnosticeerd verhoogd verstikkingsrisico, omdat de voedselstukken van *elke* grootte kunnen zijn. Het beperken van de grootte van de stukken voedsel is bedoeld om het verstikkingsrisico te minimaliseren (bijv. niveau 4 gladgemalen, niveau 5 fijngemalen en smeug, niveau 6 zacht en kleingesneden, beperken de grootte van de stukjes om het verstikkingsrisico te minimaliseren).
- Dit niveau kan door gekwalificeerde behandelaars worden gebruikt in de opbouw naar voedingsmiddelen waarvoor meer gevorderde kauwvaardigheden nodig zijn.
- **Als de persoon toezicht nodig heeft om veilig te eten, raadpleeg dan een gekwalificeerde behandelaar voordat u dit niveau gebruikt om de optimale consistenties voor de persoon en een veilig maaltijdplan te bepalen.**
 - Het kan onveilig zijn voor mensen om zonder toezicht te eten door kauw- en slikproblemen en/of onveilig eetgedrag. Voorbeelden van onveilig eetgedrag zijn: niet goed kauwen, te veel eten in de mond stoppen, te snel eten of grote monden vol eten doorslikken, niet in staat zijn om zelf het kauwen te controleren.
 - Behandelaars moeten worden geraadpleegd voor specifiek advies over de behoeften van de patiënt, verzoeken en eisen voor toezicht.
 - **Als er toezicht op de maaltijden nodig is, mag dit niveau 7 alleen worden gebruikt onder de strikte aanbeveling en schriftelijke begeleiding van een gekwalificeerde behandelaar.**

Vorscheidingstest en Vorkdruktest	• Met de zijkant van een vork kan deze consistenties worden 'gesneden' of in kleinere stukken worden gebroken. • Wanneer een stuk voedsel ter grootte van een duimnagel (15 mm x 15 mm) met de tanden van een vork wordt ingedrukt met een druk waarbij de duimnagel tot wit wordt, dan valt of breekt het uit elkaar, verandert van vorm en komt het niet meer terug in zijn oorspronkelijke vorm als de vork wordt verwijderd.
Lepelscheidingstest en Lepeldruktest	• Met de zijkant van een lepel kan deze consistenties worden 'gesneden' of in kleinere stukken worden gebroken. • Wanneer een stuk voedsel ter grootte van een duimnagel (15 mm x 15 mm) met de bolle kant van een lepel wordt ingedrukt met een druk waarbij de duimnagel tot wit wordt, dan valt of breekt het uit elkaar, verandert van vorm en komt het niet meer terug in zijn oorspronkelijke vorm als de vork wordt verwijderd.
<i>Waar geen vorken beschikbaar zijn</i> Stokjestest	• Met eetstokjes kan in deze consistentie worden geprikt.
<i>Waar geen vorken beschikbaar zijn</i> Vingertest	• Gebruik een stuk voedsel ter grootte van een duimnagel (15 mm x 15 mm). Het is mogelijk om deze consistentie met vingerdruk te pletten, waarbij de nagels van de duim en wijsvinger wit worden. Het voedsel wordt dan geplet, valt uit elkaar en keert niet meer terug in zijn oorspronkelijke vorm wanneer de druk wordt losgelaten

VLEES

- Gekookt tot het zacht is.
- Als het voedsel niet zacht en mals kan worden geserveerd, serveer dan gemalen & smeug.

VIS

- Voldoende zacht gekookte vis die in kleine stukjes kan worden gebroken met de zijkant van een vork, lepel of eetstokjes.

STOOFPOT/CURRY

- Kan vlees, vis, groenten of combinaties daarvan bevatten als de gekookte stukken voldoende zacht en mals geworden zijn.
- Serveer in een matig dikke of (zeer) dikke saus EN laat het overtollige vocht uitlekken.
- Zonder harde klonten of stukken.

FRUIT

- Zacht genoeg om met de zijkant van een vork of lepel in kleinere stukken te kunnen worden gesneden. Laat de vezelige delen van het fruit (bijvoorbeeld het witte deel van een sinaasappel) weg.

GROENTEN

- Stoom of kook groenten tot ze gaar zijn. Roergebakken groenten kunnen te stevig zijn voor dit niveau. Controleer de zachtheid met een vork- of lepeldruktest.

ONTBIJTGRANEN

- Geserveerd met zachte consistentie.
- Overtollige melk of vloeistof wegnemen en/of indikken tot de door de behandelaar aanbevolen dikte.

BROOD

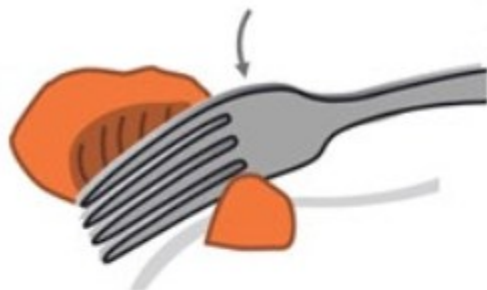
- Brood en toast die met de zijkant van een vork of lepel in kleinere stukken kunnen worden gesneden kunnen naar keuze van de behandelaar worden verstrekt.

RIJST, COUSCOUS, QUINOA (en soortgelijk voedsel)

- Geen speciale instructies.

Iddsi 6

<https://www.youtube.com/watch?v=1wfODug5BmQ&list=PLa8-IAAnKo0KbXKHgo1U8vwXihv5ahAMKj&index=3>



Gemakkelijk te
kauwen voedsel moet
gemakkelijk te breken
met de zijkant van een
vork of lepel en
voldoen aan vork
druktest!



**Voedsel moet gemakkelijk
kleiner te maken zijn met de
zijkant van een vork of lepel.*

*Duimnagel wordt wit bij drukken. Het
voedsel wordt geplat en keert niet meer
terug in zijn oorspronkelijke vorm
wanneer de druk wordt losgelaten.*





NORMAAL



Beschrijving/ Kenmerken

Er zijn GEEN
consistentiebeperingen op
dit niveau

- Normaal, alledaags voedsel met verschillende consistenties die passend zijn bij de ontwikkeling en de leeftijd.
- Elke methode kan worden gebruikt om deze voedingsmiddelen te eten.
- Voedsel kan hard en knapperig zijn of van nature zacht.
- De grootte van het stukken is niet beperkt op niveau 7, daarom kunnen voedingsmiddelen van *verschillende grootte* zijn.
 - Kleinere of grotere stukken dan 8 mm (kinderen)
 - Kleiner of groter dan 15 mm (volwassenen)
- Inclusief harde, taaie, vezelige, draderige, droge, knapperige of kruimelige voeding.
- Inclusief voedsel dat pitten, zaden, schillen of graten of botten bevat.
- Inclusief 'dubbele consistenties' of 'gemengde consistentie' van vaste voeding en vloeistoffen.

Fysiologische reden voor dit niveau van dikte

- Vaardigheid om hard of zacht voedsel te bijten en lang genoeg te kauwen zodat het een samenhangende bolus vormt die 'klaar is om te slikken'.
- In staat zijn om alle soorten voedsel te kauwen zonder moe te worden.
- In staat zijn om graten of botjes/beentjes tijdig uit de mond te verwijderen.

TESTMETHODE

- Niet van toepassing

Verstikkingsgevaar

Harde of droge consistenties zijn een verstikkingsrisico omdat ze een goed kauwvermogen vereisen om af te breken *en te mengen* met speeksel om ze vochtig genoeg te maken om veilig te kunnen slikken.

Voorbeelden van harde of droge voeding: noten, rauwe wortelen, knapperige, harde droge koekjes.

Vezelachtige of taaie consistenties zijn een verstikkingsrisico omdat ze een goed en langdurend kauwvermogen vereisen, om voeding af te breken tot kleine stukjes die veilig zijn om te slikken.

Voorbeelden van vezelachtige of taaie voeding: biefstuk, ananas.

Plakkerige consistenties zijn een verstikkingsgevaar omdat ze plakkerig zijn en kunnen vast komen te zitten aan het gehemelte, de tanden of de wangen en in de luchtwegen kunnen vallen.

Voorbeelden van plakkerige voeding: snoepjes/ zoetwaren, blokjes kaas, marshmallows, kauwgom, kleverige aardappelpuree.

Knapperige consistenties zijn een verstikkingsrisico omdat ze een goed kauwvermogen vereisen om fijn te malen en te mengen met speeksel om ze zacht, rond en vochtig genoeg te maken om veilig te kunnen slikken.

Voorbeelden van knapperige voeding: knapperig spek, droge ontbijtgranen.

Harde consistenties zijn een verstikkingsrisico omdat ze een goed en langdurend kauwvermogen vereisen, om ze in voldoende kleine stukjes te malen en te mengen met speeksel, zodat ze veilig zijn om te slikken.

Voorbeelden van harde voeding: rauwe wortel, rauwe appel, popcorn.

Scherpe consistenties vormen een verstikkingsrisico, omdat ze goed kauwvermogen vereisen om ze in kleine, zachte, afgeronde stukjes te breken en vochtig genoeg zijn om veilig te kunnen slikken.

Voorbeeld van scherpe voeding: droge maïschijs.

Kruimelige consistenties zijn een verstikkingsrisico omdat ze een goede tongcontrole vragen om kruimelige stukken bij elkaar te brengen en te mengen met genoeg speeksel om bij elkaar te houden zodat ze vochtig zijn en veilig kunnen worden doorgeslikt.

Voorbeelden van kruimelige voeding: kruimelige droge koekjes, scones.

Pitten, zaden en de witte delen van het fruit vormen een verstikkingsrisico omdat ze hard zijn en deel uitmaken van andere harde of vezelige texturen, waardoor het een complex proces is om ze te scheiden en uit de mond te verwijderen.

Voorbeelden van pitten, zaden en witte vruchtdelen zijn onder andere appel- of pompoenpitten, het witte deel van sinaasappels.

Huiden, schillen of buitenste schalen zijn een risico op verstikking omdat de stukken vaak vezelig, scherp en droog zijn, waardoor een goede kauwvaardigheid nodig is om de stukken kleiner te maken, en genoeg speeksel om het vochtig te maken, OF genoeg vaardigheid om de stukken uit de mond te verwijderen. Deze kleine stukjes komen vast te zitten aan tanden en tandvlees en blijven hangen in de keel als ze worden ingeslikt.
Voorbeelden van schillen, schillen of buitenste schalen zijn erwten schillen, druivenschillen.

Bot of kraakbeen is een verstikkingsrisico omdat deze stukken hard zijn en meestal niet gekauwd en ingeslikt worden. Ze vereisen een goede tongvaardigheid om ze te verwijderen uit het voedsel waar ze aan vastzitten, en dan het bot of het kraakbeen uit de mond te verwijderen.
Voorbeelden van botten of kraakbeen zijn kippenbotjes of visgraten.

Rond, of lang gevormd voedsel is een verstikkingsrisico, want als het niet in kleine stukjes wordt gekauwd en in zijn geheel wordt doorgeslikt, is het een vorm die de luchtweg volledig kan blokkeren, waardoor verstikking.
Voorbeelden van ronde of langwerpige voedingsmiddelen zijn onder andere worsten, druiven.

Plakkerige of kleverige consistenties vormen een verstikkingsrisico omdat ze kleverig zijn en kunnen vast komen te zitten aan het gehemelte, de tanden of de wangen en in de luchtweg vallen. Ze vereisen een langdurig en goed kauwvermogen om de kleverigheid te verminderen door het toevoegen van speeksel om ze veilig te kunnen doorslikken.
Voorbeelden van kleverig voedsel: lang gekookte haver mout, rijstwafels, snoepjes.

De vezelige consistenties zijn een verstikkingsrisico omdat de draderige vezels moeilijk te breken kunnen zijn en het kan vast komen te zitten met een deel in de mond en een deel in de keel, vastgehouden door de vezelige consistentie.
Voorbeelden van draderige texturen zijn: sperziebonen, rabarber, selderij.

Gemengde dunne-dikke consistenties zijn een verstikkingsrisico omdat ze het vermogen vereisen om het vaste stuk in de mond te houden terwijl het dunne vloeibare gedeelte wordt ingeslikt. Nadat het vloeibare gedeelte is ingeslikt, worden de vaste stukken gekauwd en doorgeslikt. Dit is een zeer complexe orale taak.
Voorbeelden van gemengde dunne-dikke texturen zijn: soep met stukjes groente, cornflakes met melk.

Complexe consistenties zijn een verstikkingsrisico omdat ze het vermogen vereisen om met een mond vol te kauwen en verschillende voedsel texturen te manipuleren.
Voorbeelden van complexe voedsel texturen zijn: belegde boterham, salades, pastagerechten.

Slappe consistenties zijn een verstikkingsgevaar, want als ze niet in kleine stukjes worden gekauwd, worden ze dun en nat en kunnen ze de opening van de luchtweg bedekken, waardoor de lucht niet meer kan stromen.
Voorbeelden van slap voedsel zijn: sla, dungsneeden komkommer, babyspinaziebladeren.

Sappige voedsel texturen waarbij het sap bij het kauwen uit het voedsel komt, is een verstikkingsgevaar omdat de persoon het sap moet kunnen inslikken terwijl hij het vaste stuk in de mond onder controle heeft. Zodra het sap is ingeslikt, zijn goede kauwvaardigheden nodig om het voedsel in kleinere stukken te breken voor het veilig inslikken. Het is een complexe orale taak.
Voorbeeld van sappig voedsel zijn: watermeloen, appels, sinaasappels, mandarijnen.

Verstikkingsgevaar

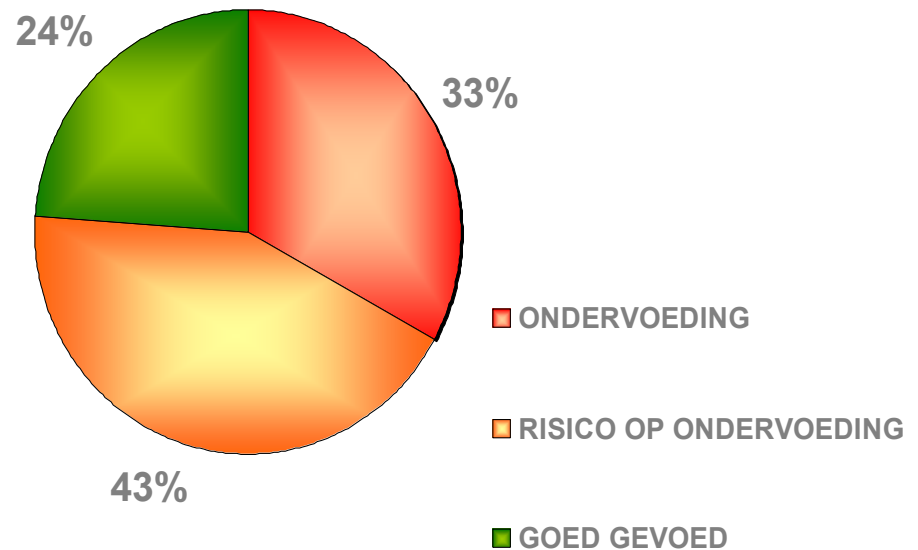


ONDERVOEDING

Prevalentie van Ondervoeding

“Malnutrition and associated factors in elderly hospital patients: A Belgian cross-sectional, multi-centre study.”
Katrien Vanderwee, et al. (2009) (*)

⇒ Conclusie: Van de **2329** geriatrische patiënten:



Inschatten van de risicosituatie?

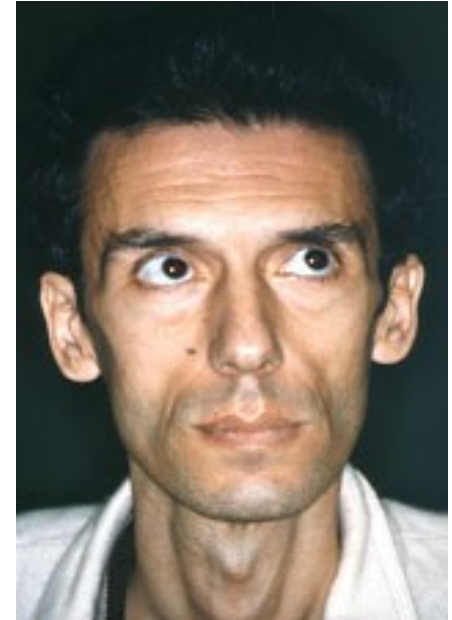
Psycho-sociale situatie	Acute of chronische pathologie	Langdurige medicamenteuze therapie
Mond- en tandproblemen	Beperkende diëten	Neurologische aandoeningen en dementie
Slikstoornissen	Beperkte zelfredzaamheid	Psychiatrische problemen

SCREENEN OP ONDERVOEDING

Screening: wie is ondervoed

Klinische blik

- ingevallen gelaat
- apathisch
- moe
- dof haar
- droge huid, bleek
- slappe handdruk
- aanspreekbaarheid
- geen interesse in de omgeving ...



- => Persoon met overgewicht kan ook ondervoed zijn !

Wie is ondervoed ?

Gewicht van 3 à 6 maanden geleden

Actueel gewicht

Lengte



BMI

Gewichtsverlies

Screenen

- **Body Mass Index(*)**

Indien BMI 18,5 – 20,5 dan is er risico op ondervoeding

Indien BMI $\leq 18,5$ spreken we van ondervoeding

- **Gewichtsverlies**

$$\% \text{ gewichtsverlies} = \frac{\text{Normaal gewicht} - \text{huidige gewicht}}{\text{Normaal gewicht}} \times 100 \%$$

Wie is ondervoed

Ondervoeding

- 18-65 jaar: BMI < 18.5 kg/m²
- 65-85 jaar: BMI < 20 kg/m²
- > 85 jaar: BMI < 24 kg/m²

Risico op ondervoeding

- 18-85 jaar: BMI 18.5 – 20 kg/m²
- > 85 jaar: BMI 24-29 kg/m²

Screenen

Indien $GV > 5\%$ over 1 maand
of
Indien $GV > 10\%$ over 6 maanden

⇒ **RISICO OP ONDERVOEDING**

Last name		First name		
Sex	Age	Weight, kg	Height, cm	Date

Complete the screening by filling in the boxes with the appropriate numbers. Tick the numbers for the final screening score.

Screening	
A Has food intake declined over the past 3 months due to loss of appetite, digestive problems, chewing or swallowing difficulties? 0 = severe decrease in food intake 1 = moderate decrease in food intake 2 = no decrease in food intake	☐
B Weight loss during the last 3 months 0 = weight loss greater than 3 kg (6.6 lbs) 1 = does not know 2 = weight loss between 1 and 3 kg (2.2 and 6.6 lbs) 3 = no weight loss	☐
C Mobility 0 = bed or chair bound 1 = able to get out of bed / chair but does not go out 2 = goes out	☐
D Has suffered psychological stress or acute disease in the past 3 months? 0 = yes 2 = no	☐
E Neuropsychological problems 0 = severe dementia or depression 1 = mild dementia 2 = no psychological problems	☐
F1 Body Mass Index (BMI) (weight in kg ÷ height in m ²) 0 = BMI less than 16 1 = BMI 16-19.9 less than 21 2 = BMI 20-24.9 less than 25 3 = BMI 25 or greater	☐
IF BMI IS NOT AVAILABLE, REPLACE QUESTION F1 WITH QUESTION F2. DO NOT ANSWER QUESTION F2 IF QUESTION F1 IS ALREADY COMPLETED.	
F2 Gait/ambulation (G) is on 0 = G less than 14 3 = G 25 or greater	☐
Screening score (max. 14 points)	☐ ☐
12-14 points: Normal nutritional status 8-11 points: At risk of malnutrition 0-7 points: Malnourished	

Screening Mna-SF

Kuitmeting i.p.v BMI meting

Doel van voedingsinterventie

- Genoeg energie, eiwitten en micronutriënten aan te bieden
- Behouden of verbeteren van
 - de nutritionele status
 - activiteit en kwaliteit
- Verminderen van morbiditeit en mortaliteit
- Het verloop van chronische ziekte te verbeteren
- Revalidatie te versnellen

Eiwitbehoefte

- Normale volwassenen¹⁹

0.8 - 1 g eiwit/kg lichaamsgewicht

- Oudere mensen

1 – 1.2 g eiwit/kg lichaamsgewicht

- Mensen met decubitus

1.25 tot 1.5 g eiwit/kg lichaamsgewicht/dag

Vochtbehoefte

- Volwassenen hebben 2000 tot 3000 ml vocht per dag nodig om verliezen door urine, faeces, uitademing en via de huid te compenseren
- EPUAP 1 ml /kcal /dag
- Dehydratie is een risicofactor voor het ontwikkelen van decubitus
- Wonddrainage kan een grote bron van vochtverlies zijn en kan leiden tot dehydratie

Eiwitten

- 1 gram eiwit = 4 kcal
- Dierlijke eiwitten hebben een hogere biologische waarde dan plantaardige eiwitten
- Eiwitten leveren
 - bouwstoffen in de vorm van aminozuren
 - Bevordert het afweersysteem dat bij wondzorg zeer actief is nl. belangrijke bouwstenen van leukocyten en lymfocyten
- Aminozuren zijn noodzakelijk
 - voor de aanmaak van nieuw weefsel en nieuwe bloedvaten
 - Invloed op de proliferatie van fibroblasten,
 - synthese van en collageen
 - neo-angiogenese en remodelering van wonden

;

Maaltijdinname registreren

MEET & WEET

wat je patiënt/cliënt eet

Naam patiënt/cliënt:

Datum: Weeknummer:

Score screening:

Vochtinname (ml):

In onderstaande tabel kan de voedingsassistent of verpleegkundige de punten noteren, of opschrijven wat de patiënt/cliënt gegeten en gedronken heeft.

De totaalscore geeft overzicht per dag.



	Ontbijt		Tussendoor 's morgens		Tijdens lunch		Tussendoor 's middags		Warme maaltijd		Tussendoor 's avonds		Totaal score	Totaal vocht
	Verstrekt	genuttigd score	Verstrekt	genuttigd score	Verstrekt	genuttigd score	Verstrekt	genuttigd score	Verstrekt	genuttigd score	Verstrekt	genuttigd score		
Ma	1 boterham, kaas	...												
Vocht	1 glas sap	... ml												
Di														
Vocht														
Wo														
Vocht														
Do														
Vocht														
Vr														
Vocht														
Za														
Vocht														
Zo														
Vocht														

Opmerkingen:

16 of meer punten = voldoende inname
10 - 15 punten = matige inname
9 punten of minder = slechte inname

Meet en weet

- Screening van 6 maaltijden « 3 hoofdmaaltijden 3 tussendoortjes
- Eventueel met vochtinname (meet en weet)
- Puntensysteem 1 punt = 130 kcal 5 g eiwit
 - <9 punten onvoldoende
 - 9 – 15 punten matig
 - > 16 of meer voldoende

Meet & Weet



Een heel bord warme maaltijd:

- 2 - 3 aardappels
- 2 - 3 groentelepels groente (150 gram)
- Portie vlees (75 - 100 gram)



Broodmaaltijd hartig beleg:

- Voor elke boterham met kaas of vleeswaren (2 pt)
- Eén cracker of beschuit met kaas of vleeswaren staat voor een halve boterham (1pt)



Een half bord warme maaltijd:

- 1 - 2 aardappels
- 2 groentelepels groente (100 gram)
- Een half stukje vlees (50 gram)



Broodmaaltijd zoet beleg:

- Voor elke boterham met zoet beleg (1pt)
- 1 cracker of beschuit met zoet beleg staat voor een halve boterham (1/2pt)
- 1 krentenbol zonder beleg (1pt)

1 punt = 130 kcal - 4g eiwit

Meet & Weet



2pt

Een kwart bord warme maaltijd:

- 1 aardappel
- Een klein beetje groente
- Een kwart stukje vlees



2pt

Ontbijtgranen en drinkvoeding:

- Yoghurt met muesli
- Energie en/of eiwit verrijkte drinkvoeding



1pt

Overige melkproducten:

- Yoghurt, melk, vla, kwark
- Chocomel, Fristi

Overige eiwitrijke tussentijdse verstrekkingen:

- (bijvoorbeeld)
- Stukje kaas of worst
- Handje nootjes
- Evergreen
- Gekookt ei

1 punt = 130 kcal - 4g eiwit

Overzicht aanbevelingen per leeftijdsgroep Gezonde voeding

De actieve voedingsdriehoek, groepen	Ouderen, 60 jaar en ouder
Lichaamsbeweging bv. stevig doorstappen, fietsen, zwemmen	30 minuten
Watergroep waarvan minstens 1 liter water	1,5 liter
Graanproducten en aardappelen <u>Brood, bruin</u> (1 snede = 30-35 g) <u>Aardappelen</u> (gekookt, 1 = 70 g)	5-9 sneden 3-4 stuks (210-280 g)
Groenten, rauw of bereid	300 g
Fruit, vers	2-3 stuks (250-375 g)
Melkproducten en calciumverrijkte sojaproducten (1 glas = 150 ml) Melk, halfvol Kaas, mager	600 ml = 4 glazen van 150 ml 20-40 g of 1-2 sneetjes
Vlees, vis, eieren en vervangproducten, bereid gewogen	100 g bereid gewogen
Smeer- en bereidingsvet Smeervet Bereidingsvet	5 g per sneetje 10 tot 15 g
Restgroep: maximum 10 energie%	Niet nodig Maximum 10 en%

Praktische tips

- Aandacht voor vochttoediening
- Energie-aanbreng uit dranken -
- Volle melkproducten
- Extra beleg
- Aandacht voor tussendoortjes
- Voeding verrijken
- Motivatie
- Toevoeging calorierijke producten
- Kleine porties
- Frequentie maaltijden
- Lijst van gemiddelde dagelijkse inname
- Eetlust opwekken

Tips bij slikproblemen

- Lichaamshouding recht , eventueel kussen achter rug
- Rolstoelplaatsing
- Geen afleiding tijdens eten of drinken (TV, gsm)
- Voeding aanpassen:
 - vezelrijk voedsel (asperges, draderig vlees, prinsessenbonen, ...)
 - sappig voedsel (citrusvruchten, courgettes, witlof, boterham in koffie of soep doppen, ...)
 - kruimelig voedsel (madeleines, droge koekjes, cakes, wafels, ...)
 - klein voedsel (rijst, griesmeel, kleine deegwaren, erwten, maïs, ...)
- Drank aanpassen
- Hoesten i.p.v doorslikken

Tips bij slikproblemen

- Lichaamshouding: zittend eten en drinken, met rechte rug en het hoofd licht naar voren gebogen.
- Geen afleiding tijdens het eten: niet praten tijdens het eten en alles vermijden wat de aandacht kan afleiden (televisie, lezen, ...).
- Voedsel met een hogere kans op een verslikken:
 - vezelrijk voedsel (asperges, draderig vlees, prinsessenbonen, ...)
 - sappig voedsel (citrusvruchten, courgettes, witlof, boterham in koffie of soep doppen, ...)
 - kruimelig voedsel (madeleines, droge koekjes, cakes, wafels, ...)
 - klein voedsel (rijst, griesmeel, kleine deegwaren, erwten, maïs, ...)
- Drinken uit een eenvoudig (niet te hoog) glas, een glas met neusuitsparing of een rietje, veeleer dan een tuitbeker waarbij men het hoofd meer moet strekken, wat dus de kans op verslikken verhoogt; niet uit een fles drinken.
- Vloeibaar en vast voedsel afzonderlijk innemen.
- Hoesten indien nodig in plaats van te proberen doorslikken.

Toegelaten

Vloeibare tot halfvaste voeding als:

- ☐ *milkshake*
- ☐ *pudding*
- ☐ *yoghurt zonder stukjes*
- ☐ *platte kaas zonder stukjes*
- ☐ *gemixte appelmoes*
- ☐ *goed gemixte fruitpap*
- ☐ *-*

Te mijden

Vaste en brokkelige voeding als:

- ☐ *brood en beleg*
- ☐ *ontbijtgranen*
- ☐ *yoghurt met stukjes*
- ☐ *platte kaas met stukjes*
- ☐ *havermout*
- ☐ *pudding met noten of koekjes*
- ☐ *verder alles wat hard en vast is*

Toegelaten

Soep:

- ❑ *gemixte soep of gezeefde bouillon, beide zonder stukjes of vezels*

Hoofdgerecht:

- ❑ *volledig gemixte maaltijd: puree, zacht gekookte groenten en reeds gemalen vlees zeer fijn gemixt. Dit wordt aangelengd met gezeefde bouillon om het geheel smeuïger te maken*
- ❑ *ook kant-en-klare babyvoeding (te verkrijgen in de supermarkt) kan hier gebruikt worden. Dit kan extra op smaak gebracht worden met bouillon of Oxo*

Dessert:

- ❑ *pudding, fruitpap, ijsje, yoghurt zonder brokjes*

Te mijden

Soep:

- ❑ *kervel- en cressonsoep*
- ❑ *soep of bouillon met stukjes, garnituur of vezels*

Hoofdgerecht:

- ❑ *vaste gerechten*
- ❑ *smeuïge gerechten met brokjes*

Dessert:

- ❑ *dessert met stukjes of brokjes*
- ❑ *vaste desserts als koekjes, cake,...*
- ❑ *vers fruit*

Toegelaten

Alles wat vloeibaar en halfvast is zonder brokjes, bv.:

- ☐ drinkyoghurt
- ☐ yoghurt zonder stukjes
- ☐ fruitpap
- ☐ pudding
- ☐ flan
- ☐ chocomousse
- ☐ ijsje
- ☐ bavarois
- ☐ -

Te mijden

Alles wat vast of met brokjes is, bv.:

- ☐ koeken
- ☐ cake
- ☐ nougat
- ☐ rijstpap
- ☐ griesmeelpudding
- ☐ -

Dranken

Alle dranken zijn toegelaten, uitgezonderd fruitsap met vruchtvlees

Nota:

*De dranken worden als volgt ingedikt met een indikkingsmiddel
(te verkrijgen bij de apotheker)*

- ☐ 1 schep per vol glas
- ☐ 1,5 schep per vol glas
- ☐ 2 scheppen per vol glas
- ☐ 2,5 scheppen per vol glas

Eenmaal een indikkingsmiddel geopend is, blijft dit 6 weken houdbaar.

Toegelaten

Brood: bij voorkeur bruinbrood zonder zaadjes en zonder korsten

Beleg: smeerbaar beleg zonder stukjes:

- ❑ smeerkaas (natuur)
- ❑ smeerpaté zonder brokjes
- ❑ appelmoes zonder brokjes
- ❑ smeltkaas (bv. ZIZ®)
- ❑ gelei
- ❑ honing
- ❑ stroop
- ❑ vruchtenmoes (zonder brokjes)
- ❑ plattekaas (natuur)
- ❑ chocopasta
- ❑ chocoladepasta (pashka)

Beleg: extra fijn gemixt/zelfbereid:

- ❑ eiersla
- ❑ vissla
- ❑ zelfbereide americain préparé
- ❑ smeerbare Franse/Belgische kazen, type Boursin® natuur, extra rijpe Brie zonder korst

Indien geen brood:

- ❑ broodpudding (zie bijgevoegde recepten)
- ❑ pudding, yoghurt, Nutridrink
- ❑ gemixte cornflakes (of Clinutren cereal van Nestlé®)

Te mijden

Brood:

- ❑ fantasiebrood
- ❑ pistolets, sandwiches,...

Beleg:

- ❑ niet-smeerbaar beleg
- ❑ smeerbaar beleg met brokjes, zaadjes of vezels wat hard en vast is

Toegelaten

Soep:

- ❑ *gemixte soep of gezeefde bouillon, beide zonder stukjes of vezels*

Hoofdgerecht:

- ❑ *volledig gemixte maaltijd: puree, zacht gekookte groenten en reeds gemalen vlees zeer fijn gemixt.*
- ❑ *ook kant-en klare babyvoeding (te verkrijgen in de supermarkt) kan hier gebruikt worden. Dit kan extra op smaak gebracht worden met bouillon of Oxo®*

Dessert:

- ❑ *pudding, fruitpap, ijsje, yoghurt zonder brokjes*

Te mijden

Soep:

- ❑ *kervel- en cressonsoep*
- ❑ *soep of bouillon met stukjes, garnituur of vezels*

Hoofdgerecht:

- ❑ *vaste gerechten*
- ❑ *smeuïge gerechten met brokjes*
- ❑ *Couscous*
- ❑ *Elbi®, rijst*

Dessert:

- ❑ *dessert met stukjes of brokjes*
- ❑ *vaste desserts als koekjes, cake, ...*

Tussendoortjes

Toegelaten

Alles wat vloeibaar en halvast is zonder brokjes, bv:

- ☐ drinkyoghurt
- ☐ yoghurt zonder stukjes
- ☐ fruitpap
- ☐ pudding
- ☐ flan
- ☐ chocomousse
- ☐ ijsje
- ☐ bavarois
- ☐ -

Te mijden

Alles wat vast of met brokjes is, bv:

- ☐ koeken
- ☐ cake
- ☐ nougat
- ☐ rijstpap
- ☐ griesmeelpudding
- ☐ -

Dranken

Alle dranken zijn toegelaten.

Als de gewone vloeistoffen moeten worden ingedikt, kunnen ook gebonden dranken gegeven worden:

- ☐ botermelk
- ☐ milkshake
- ☐ Actimel®
- ☐ drinkyoghurt zonder stukjes

Nota:

De dranken worden als volgt ingedikt met een indikkingsmiddel (te verkrijgen bij de apotheker)

- ☐ 1 schep per vol glas
- ☐ 1,5 schep per vol glas
- ☐ 2 scheppen per vol glas
- ☐ 2,5 scheppen per vol glas

Enmaal een indikkingsmiddel geopend is, blijft dit 6 weken houdbaar.

Iddsi 4 – Iddsi 7

IDDSI 7

Normaal

Je moet kunnen bijten en kauwen.



IDDSI 7
MK

Makkelijk te kauwen.

Mag niet taai of droog zijn. Als je er op drukt met een vork moet het pletten, maar kan het soms weer terug veren. Je moet met de vork zo hard drukken dat je duimnagel wit wordt.



IDDSI 6

Zacht en klein gesneden

Voedsel is nog herkenbaar. Het is zacht. Als je het indrukt blijft het geplet op de vork liggen: het veert niet weer terug omhoog. Er lekt geen vloeistof uit. Duimnagel wordt wit bij het drukken.



IDDSI 5

Fijngemalen en smeug

Enkele stukjes mogen zichtbaar zijn, glijdt niet gemakkelijk van de lepel. Stukjes zijn zacht en niet groter dan de ruimte tussen de tanden van een vork (max. 4mm).



IDDSI 4

Gladgemalen

Gepureerd en zonder stukjes, zoals babyvoeding uit een potje. Het blijft een hoopje op de lepel liggen maar glijdt er gemakkelijk af als je de lepel omdraait. Voeding is niet dun maar glad.



Iddsi 1 Iddsi 3

IDDSI 3	Dikvloeibaar Vla/kwark dikte. Kan niet meer door een rietje. Je kunt het niet met een vork eten, het druipt gemakkelijk van de lepel.	
IDDSI 2	Matig vloeibaar Kan moeilijk door een rietje. Kan wel gewoon uit een beker worden gedronken.	
IDDSI 1	Licht vloeibaar Chocolademelkdikte, kan nog wel door een rietje.	
IDDSI 0	dun vloeibaar / normaal 'Normaal' zoals water, koffie en thee.	 

Praktische voorbeelden

	<u>Portie</u>	<u>Kcal</u>	<u>eiwit</u>
Danio (grote pot)	180 g	219	10 g
Volle yoghurt met fruit	125	192	7.6
Varkensvlees	125	585	26
Beleg 48+ portie kaas	30	480	7
Gervais	100	150	6
Drinkvoeding eiwitrijk	200	300	20
Drinkvoeding 2 kcal/ml	200	400	20

Merken beschikbaar in België

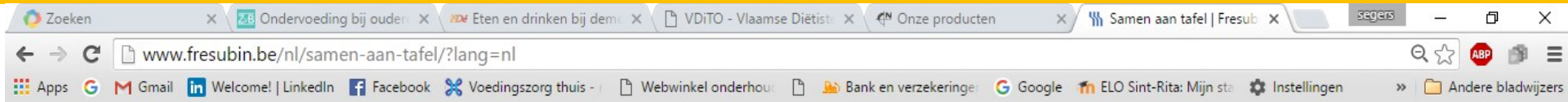
- BS Nutrition - Fresenius – Nestle – Nutricia – Nutrisense
- Onder productnaam
 - BS Nutrition Delical
 - Fresenius Fresubin
 - Nestle Resource
 - Nutricia – Fortimel (25)
 - Nutrisense - Hyperdrink Max (nieuw)
 - GLNP ProSource
 - Tops

Algemene kenmerken

- Klinisch lactosearm
- Glutenvrij
- Meeste bevatten melkeiwitten of wei-eiwitten
- Verrijkt met vitaminen, mineralen en spoorelementen
- Volledig (vitaminen, mineralen en spoorelementen)

Fresenius

www.fresubin.be



Fresubin

Nutritionele toestand

Producten

Diensten

Bij de apotheek

Over ons

FR

Drinks

				
Fresubin® 2 kcal drink	Fresubin® 2 kcal Fibre Drink	Fresubin® Protein Energy Drink	Fresubin® Energy drink	Fresubin® Energy Fibre Drink
Drink	Drink	Drink	Drink	Drink
Doorligwonden, Drinks, Kanker, Ondervoeding	Doorligwonden, Drinks, Kanker, Ondervoeding	Doorligwonden, Drinks, Kanker, Ondervoeding	Drinks, Ondervoeding	Drinks, Ondervoeding

				
Fresubin® Jucy drink	ProvideXtra® drink	Fresubin® DB Drink	Fresubin® Renal	Fresubin® Hepa Drink
Drink	Drink	Drink	Drink	Drink

Nestlé

<https://www.nestlehealthscience.be/nl>

<https://www.nestlehealthscience.nl/nl/producten/patient>



Resource 2.0

Resource® 2.0 is een kant-en-klare, energierijke (2,0 kcal/ml) volledige drinkvoeding op melkbasis. [Lees meer](#)



Resource 2.0 + Fibre

Resource® 2.0 + Fibre is een kant-en-klare, energierijke (2,0 kcal/ml) volledige drinkvoeding, met vezels, op melkbasis. [Lees meer](#)



Resource Dessert

Resource Dessert is een energierijke medische voeding. Resource Dessert is hoog in eiwitten, speciaal voor mensen met (risico op) ondervoeding. Resource Dessert is verdukt en heeft een mooie gladde textuur en is daarom ook geschikt voor mensen met kauw- en slikproblemen. [Lees meer](#)



Resource Diabet

Resource® Diabet is een isocalorische, volledige drinkvoeding op melkbasis gemaakt van complexe koolhydraten en oplosbare voedingsvezels om de invloed op de bloedglucosewaarden te minimaliseren. [Lees meer](#)



Resource Energy

Resource® Energy is een kant-en-klare, energierijke (1,5 kcal/ml) volledige drinkvoeding op melkbasis. [Lees meer](#)



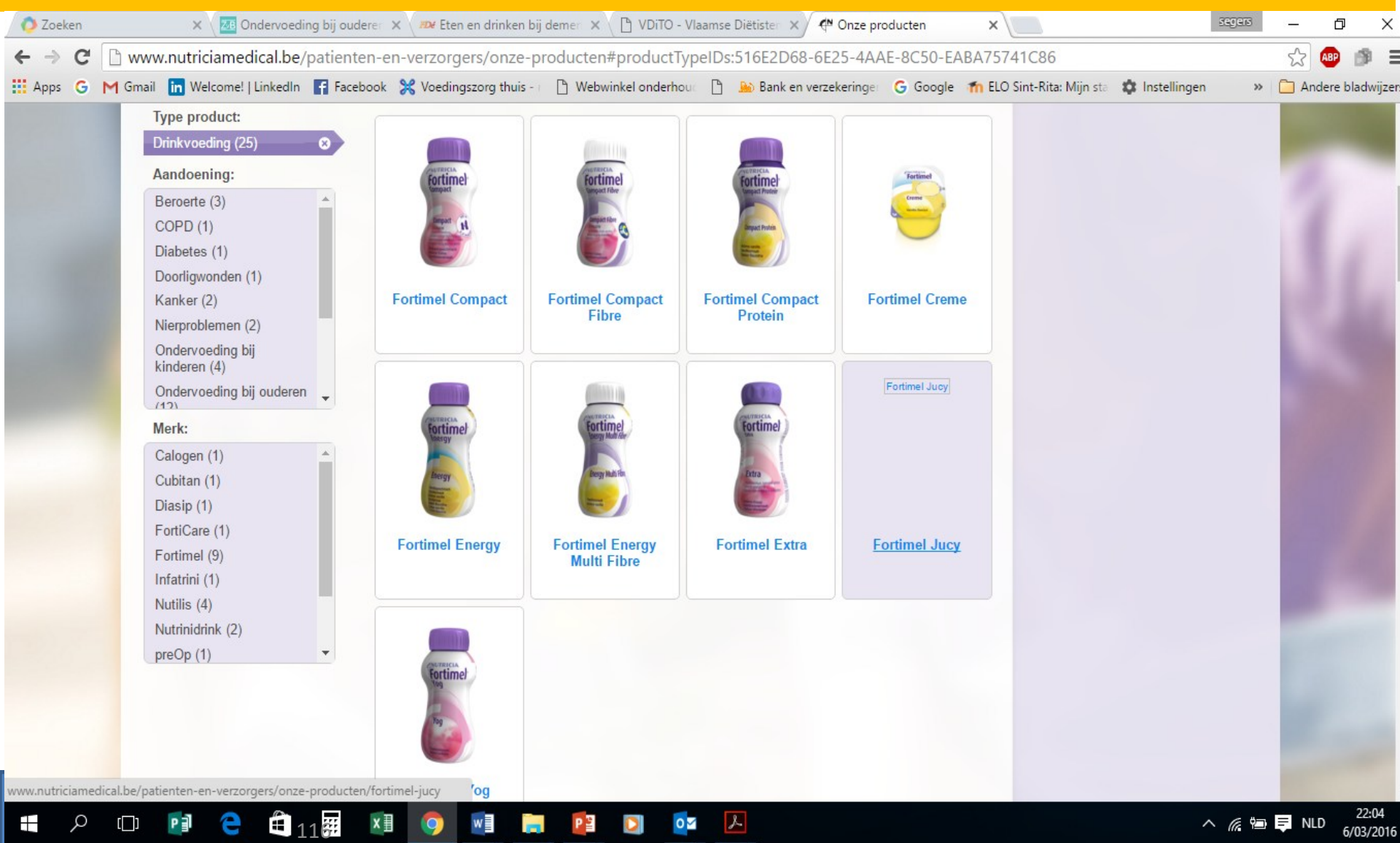
Resource Energy Dessert

bij het
kauwen en
slikken?



Nutricia

www.nutricia.be



Revogan

www.revogan.be

Browser tabs: Zoeken, Zoeken, Nieuw tabblad, Complémentati, Webwinkel ond, Delical, Resource Senior, Ondervoeding - x, segers

Address bar: www.revogan.be/producten/ondervoeding-2/

Navigation links: Apps, Gmail, Welcome! | LinkedIn, Facebook, Voedingszorg thuis, Webwinkel onderhou, Bank en verzekeringe, Google, ELO Sint-Rita: Mijn sta, Instellingen, » | Andere bladwijzers

Revogan logo

Index ▾ Producten ▾ Verkooppunten Webshop Dossiers Recepten Inovita Links Agenda Contact fr Q

Left sidebar menu:

- Ondervoeding >
- Cardio Nefro >
- Vegetarisch >
- PKU >
- FODMAP >
- Kunstgebitten >
- Voedingssupplementen >
- VitaDermologie >

Section: Ondervoeding

Icon: Blue square with white silhouette of a person

Sub-sections:

- Bouwsteentjes
- Graanvlokken HP
- Desserten
- Findus
- La Vache Qui Rit plus

Sub-sections:

- Easy-to-eat
- Sooft Meals

Text: La Vache Qui Rit formule plus, om gerechten te verrijken met eiwitten, calcium en vitamine D.

Image: Two tubs of La Vache Qui Rit Formula Plus product.

Wat is PROSource®?



PROSOURCE® IS EEN KANT EN KLAAR PRODUCT.

Bestemd om aan een verhoogde eiwit en calorieënbehoefte te kunnen voldoen.

GLNP heeft een variant met en een zonder koolhydraten, het:

PROSource® Plus 15 g eiwit in 30 ml en 100 Kcal (3,33 Kcal/ml) waarvan 11 g koolhydraten

PROSource® Nocarb 15 g eiwit in 30 ml en 60 Kcal (2,0 Kcal/ml) zonder suiker

Dus een product met veel eiwit in een klein volume, waarmee het makkelijker is om de benodigde dagelijkse eiwit behoefte van de patiënt te halen ook als sprake is van een vochtbeperking.

De producten kunnen zowel aan warm als aan koud voedsel en dranken worden toegevoegd als extra eiwit bron.

Ook kunnen deze producten zeer goed na 1 op 1 verdunning via de sonde worden toegediend, zonder dat extra voorbereiding nodig is behalve vooraf en na de sonde doorspoelen met 15 ml water, en zonder kans op ongewenste sondeverstopping.

Is beschikbaar als Sachet maar ook als handige Fles van 30 porties.

Het bevat alle essentiële en niet-essentiële aminozuren, behalve L-glutamine

Voor heerlijke recepten klik hier:

Voor Zomerse Extra-eiwit recepten klik hier:



Eiwitrijke drinkvoeding

1,5 kcal/ml (300 kcal - 20 g eiwit)



- Delical HP HC 00 kcal 20 g eiwit
- Fresubin Protein Energy 300 kcal 20g eiwit
- Fortimel Protein Compact 300 kcal 18g eiwit
- Resource HP HC 320 kcal 20g eiwit



Posologie: 1 tot 3 per dag



- Voor selectief verminderde eetlust (vb geen vlees/vis/kaas)
- Voor verhoogde eiwitbehoeften (chirurgie, brandwonden, ...)
- Prijs : +/-2.50€

Energierijke drinkvoedingen

2 kcal/ml (400 kcal - 20 g eiwit)



- Delical Effimax 400 kcal - 20g eiwit
- Resource 2.0 (fibre) 400 kcal 20g eiwit
- Fresubin 2 kcal (Fibre) 400 kcal – 20g eiwit
- Fortimel Extra 2 kcal 400 kcal 20g eiwit

Posologie: tot 1 à 2 per dag



- Voor verminderde eetlust, voor verhoogde energie en eiwitbehoeften
- Prijs +/- 2.55 €
- Koel te drinken
- Als tussenmaaltijd vb 's avonds
- In recepten verwerken, soep (neutrale smaak)



Drinkvoeding bij slikstoornissen

- Ingedikte drinkvoeding IDDSI 2 IDDSI stage 1 stage 2
- Crème stage 3
- Poeders om in te dikken
- Ingedikt water

Ingedikte drinkvoeding

I. Fresubin IDDSI 2 (300 kcal – 20g eiwit)

Nutris IDDSI2 (300 kcal 12g eiwit)

II. Fresubin IDDSI 3 (300 kcal – 20g eiwit)

Nutris IDDSI 3 (306 kcal 12g eiwit)

III. Nutris Fruit IDDSI 4 (205 kcal 10,5g eiwit)

Ingedikt water

- Bs gelodiet
- Fresubin eau gélifié (met en zonder suiker)
- Nutilis Aqua
- Thickened Complete drink Iddsi 3
- Indikkingspoeder Clear Thickeners
 - Gelodiet , Fresubin Clear Thickener Resource, Thicken Up Clear, Nutilis Clear, Thicken Up Gel Express

Crèmes & Fruitdessert

Bs Delical (188 kcal 11,3 g eiwit)

Fresubin Crème (250 kcal - 12,5g eiwit)

Fresubin Yocrème (188 kcal – 9,4 g eiwit)

Resource Energy Dessert (200 kcal – 6 g eiwit)

Fortimel Crème (200 kcal - 12g eiwit)

Fresubin Fruit Dessert (200 kcal -8,75g eiwit)

Resource Energy Fruit (205 kcal - 6,25g eiwit)

IDDSI 4 diepvries producten

- Easy to Eat 55g 152 kcal 11g eiwit
- Iddsi 4 diepvriesmaaltijd
300g 420 kcal 25g eiwit
12 gerechten
- IDDSI 4 Ontbijt
- Via [Nutrify.be](https://www.nutrify.be) voor thuiszorg



Praktische workshop

- Pannekoek / beschuiten Iddsi 4 maken
- Banaan Iddsi 6 5 4
- Indikken koffie water cola drinkvoeding

www.nutrify.be

info@nutrify.be

03/455.58.92

Beschuitenpap



Dit basisrecept voor gladde, dikvloeibare beschuit is makkelijk te maken. De smaak is lekker neutraal, dus je kan variëren met extra ingrediënten. Dit recept komt uit op niveau 4: **glad gemalen**.

Benodigdheden:

- 2 beschuiten
- 50-75 ml melk

Aan de slag:

1. Verwarm de melk zachtjes in een steelpan. Verkruiemel de beschuiten hierboven en roer het goed door de melk heen.
2. Doe het melk-beschuitemengsel in een blender of kom met staafmixer. Voeg eventueel wat (poeder/vanille)suiker toe en bijv. een snufje kaneel. Mix tot een glad geheel, zonder stukjes. Controleer of het mengsel de goede consistentie heeft: het mag niet door de tanden van een vork heen druipen. Dan moet je nog meer beschuit toevoegen. Het mengsel mag niet aan een gekantelde lepel blijven plakken, dan is het te dik. Voeg dan halve eetlepels melk toe, totdat het mengsel de goede consistentie heeft.
3. Serveer het mengsel in een schaal of serveer het op een bordje in de vorm van een beschuit (gebruik hierbij eventueel een serveerring). Laat het mengsel niet te lang staan; het dikt nog wat in. Je kan het beschuit eventueel nog 'besmeren' met glad, smeerbaar beleg zoals jam of chocopasta.

- Recepten per categorie – Dat is even slikken
- E learning <https://www.free-learning.nl/modules/eten-drinken-slikken/index.html>

Vragen?