

Særlige forholdsregler i forbindelse med spisning

Patient: _____ Dato: _____ Personale: _____

Særlige forholdsregler i forbindelse med spisning.

Grundet:

- Fejlsynkning Kognitive dysfunktioner Anden problematik omkring mund og svælg

Kun terapeutisk spisning med ergoterapeut

Madens konsistens

- Almindelig sygehuskost OBS Diabetes
 Blød kost (blød konsistens)
 Gratinkonsistens (grødkonsistens) Både kold og varm Varm Kold
 Tyktflydende konsistens (fx pureret suppe, frugtkød, fromage eller yoghurt uden klumper)

Ingen mad pga. fejlsynkning.

Sted for spisning

- På stuen I opholdsstuen

Siddestilling

- Sidder på en almindelig spisestuestol ved bord/ropoxbord
 Sidder i kørestol med begge ben på gulvet ved bord/ ropoxbord
 Andet _____

Person-hjælp

- Ingen særlige hensyn
 Behov for opsyn under måltidet
 Behov for verbal støtte til _____
 Behov for guidning til _____
 Behov for mundstimulation

Piller

- Ingen særlige hensyn
 Kan synke små/ store piller. Synkes med _____
 Piller skal knuses og synkes sammen med _____
 Piller og mikstur gives i nasalsonde eller PEG-sonde

Sondekost

- Efter skema
 Der suppleres efter behov efter måltidet

Bestik og service

- Benytter almindeligt bestik og glas
 Benytter special bestik/ specialglas/ sugerør/ tudekop/ tallerkenkant/ enhåndssmørebræt

Mundhygiejne

- Ingen særlige hensyn
 Behov for hjælp til at børste tænder
 Kan ikke skylde munden pga. fejlsynkningstendens, munden renses med swaps

Måltidsforslag

Forslag til morgenmad:

Ymer / skyr tilsat piskefløde... eller lidt olie, og smag til med sukker. Øllebrød med sødmælk og piskefløde (gerne tilsat berigelse) Kan købes ved madservice. Havregrød kogt (gerne tilsat berigelse) med smør og sukker. Scrambled æg 7 røræg og franskbrød uden skorpe med smør/smørost.

Drikkevarer: 1 glas juice, smoothie eller sødmælk.

Formiddag:

Sandwich m. sandwichbrød uden skorpe med smør og æggesalat eller skinke-salat **eller** frugtgrød tilsat berigelse og med tilbehør af sødmælk/fløde **eller** 1 portion skyr tilsat flødeskum og sukker / vanilje.

Drikkevarer: 1 glas protein drik, culturadrik, skyr drik, eller hjemmelavet proteindrik.

Frokost:

1 portion varm middagsmad: Let tyggeligt / blød anretning med kartoffelmos og gratinkost tilbehør eller hakket kød / let tyggeligt kød i sauce.

Eftermiddags:

Sandwich m. sandwichbrød uden skorpe med smør og smørost / blødt pålæg **eller** kage, fromage, frugtgrød eller is **eller** 1 banan (evt. moset) eller henkogt blendet frugt med råcreme/creme fraiche.

Drikkevarer: 1 glas protein drik, culturadrik, skyr drik, eller hjemmelavet proteindrik.

Aften:

Smørrebrød eller flødelegeret suppe f.eks. blendet blomkålssuppe, broccolisuppe eller tomatsuppe og/eller 1 portion frugtsuppe med flødeskum / creme fraiche eller mælkegrød f.eks. mannagrød med kanelsukker og smør.

Sen aften:

1 stk. franskbrød uden skorpe med smør og smørest eller blødt let tyggeligt pålæg eller 1 portion fromage, is, frugtgrød eller skyr tilsat flødeskum og sukker / vanilje.

Drikkevarer: 1 glas protein drik, culturadrik, skyr drik, eller hjemmelavet proteindrik.

Vejledning til simple øvelser der kan fremme muskulaturen i hals og svælg

Øvelse 1 - Isometric (static) shaker

- lig fladt på ryggen.
- Løft hovedet fra underlaget og kig ned mod fødderne og tæl langsomt til 10.
- Læg hovedet ned på underlaget og slap af.
- Dette gøres 2-3 gange.

OBS: Vigtigt at holde skulderpartiet i underlaget.

Øvelse 2 - Chin tuck

- Start med rulle skuldre tilbage og ned.
- Se lige frem.
- Flyt hovedet frem og tilbage.
- Hold stillingerne i 3-5 sekunder og slip derefter. Gentag 10 gange.

Øvelse 3 - Shaker/siddende med modstand

- Placer bolden (ca. 12 cm i diameter) mellem hagen og brystet og hold den der.
- Pres hagen mod bolden langsomt - 30 gange.
- Øvelsen gentages 3 gange dagligt.

OBS: Vigtig at skulderparti holdes i ro under øvelsen.

Kost - Konsistens

				KOST – KONSISTENS		
		Evt. supplerende sonde eller ernæringsdrik	Evt. supplerende sonde eller ernæringsdrik	Evt. supplerende ernæringsdrik		
		Flydende/Puré kost	Gratinkost/Blendet	Hakket /Blødt kost		
Karakteristik af konsistens	Fint pureret, tykflydende, men kan løbe af en ske	Ensartet, cremet og tyk konsistens Purerede råvarer	Mad med naturlig blødt konsistens Hakkede råvarer og blødt brød uden kerner og hård skorpe			
Forslag til kost						
Morgen	Tyn grød uden klumper – lind konsistens Tynd havregrød, øllebrød – lind konsistens Surmælksprodukter med ensartet konsistens	Grød uden klumper f.eks. godt kogt havregrød Øllebrød Surmælksprodukter uden klumper Røræg	Øllebrød, havregrød Surmælksprodukter Omelet Bondebrød og lyst brød uden kerner og skorpe Pålæg med blødt konsistens; smøreost, syltetøj, honning			
Middag	Blendet grøntsagssuppe med tykflydende konsistens fx asparges, champignon osv. Legeret suppe uden fyld Kartoffelmos i meget lind konsistens, ikke klæbrig Sovs Tynd grød uden klumper f.eks. rismelsvælling (ikke risengrød)	Gelé smørebrød Blendet grøntsagssuppe med tyk konsistens fx asparges, champignon osv. Kærnemælks- og frugtsupper Retter af pureret kød, fisk, fjerkræ og grøntsager Tunmousse uden klumper Kartoffel- og grøntsagsmos Sovs	Bondebrød og/eller lyst brød uden kerner og skorpe Blødt pålæg fx leverpostej, paté, torskerogn, makrel, tunsalat Supper med tyk konsistens, må indeholde kødboller og godt kogte grøntsager fx asparges, blomkålstykker Farsretter og hakkede kødretter i sovs Dampet / kogt fisk Blødkogte grøntsager Mosede kogte kartofler og kartoffelmos Sovs			
Aften	Blendet grøntsagssuppe med tykflydende konsistens fx asparges, champignon osv. Legeret suppe uden fyld Kartoffelmos i meget lind konsistens, ikke klæbrig Sovs Tynd grød uden klumper f.eks. rismelsvælling (ikke risengrød)	Blendet grøntsagssuppe med tyk konsistens fx asparges, champignon osv. Kærnemælks- og frugtsupper Retter af pureret kød, fisk, fjerkræ og grøntsager Tunmousse uden klumper – lind konsistens Kartoffel- og grøntsagsmos – lind konsistens Sovs Guacamole	Supper med tyk konsistens må indeholde kødboller og godt kogte grøntsager fx. asparges, blomkålstykker Farsretter, tunmousse, hakkede kødretter i sovs Dampet / kogt fisk Blødkogte grøntsager Mosede kogte kartofler og kartoffelmos Sovs Ris eller godt kogt pasta blandet med sovs			
Mellemmåltid	Purerede frugter (hvis der er mælk på skal det røres i) Milkshake	Fromage Blendet frugtgrød uden klumper Is Budding	Fromage, frugtgrød Banan eller anden blødt frugt, henkogt frugt Is Brød uden kerner/skorpe med smøreost			

Væske - konsistens

VÆSKE – KONSISTENS				
Ekstremt fortykket		Moderat fortykket	Let fortykket	
Gelé Konsistens 3 strøgne måleskeer TUC til 150 ml		Sirupskonsistens 2 strøgne måleskeer TUC til 150 ml	Kærnemælkskonsistens 1 strøgen måleske TUC til 150 ml eller sodavand	
Karakteristik af konsistens	Væsken er fast og spises med ske	Løber meget langsomt, kan drikkes af glas, spises med ske eller med besvær drikkes med sugerør	Løber langsommere og drikkes af glas	Brus giver øget stimuli
Forslag til væsker	Alle tynde drikkevarer tilsættes TUC	Alle tynde drikkevarer tilsættes TUC	Alle tynde drikkevarer tilsættes TUC Følgende behøver ikke TUC: - Koldsål - Kærnemælk	Følgende behøver ikke TUC: - Sodavand - Protindrik - Cacao - Hvidtøl

TUC: Ressource thicken up clear