

Modificerede konsistenser i mad og drikke.

Kontakt eventuelt ergoterapeut for vurdering og fastlæggelse af hvilke konsistenser, der aktuelt passer til borgeren for henholdsvis mad og drikke.

Mad Konsistenser	Mad Karakteristika	Bemærkning
Normal Vælges når der er: normal tyggefunktion normal tungefunktion normal synkefunktion	Blandede og forskellige konsistenser i mad fx fast, flydende, hård, sprød, trævlet, sejt, klæbrig, med ydre skal. Kan udgøre en risiko for fejlsynkning.	
Blød Vælges når der er: næsten normal tyggefunktion normal tungefunktion normal synkefunktion	Blød og saftig konsistens, hvor der er behov for at tygge maden. Let at dele/mose med en gaffel, bide over og tygge. Der må serveres forskellige konsistenser i måltidet Fx tynd sovs til kartofler/kartoffelmos og mælk/fløde på grød.	Man skal være i stand til at spise kogte kartofler, kogte grønsager og sovs, men kødet er tilberedt specielt. Man skal være i stand til at spise rugbrød/ lyst brød uden kerner evt. er det også nødvendigt at skære skorper af brødet.
Gratin Vælges når der er: nedsat tyggefunktion nedsat tungefunktion nedsat/normal synkefunktion	Blød, ensartet, sammenhængende og fast konsistens, der er meget let at tygge. Skal kunne spises med en gaffel. Alle elementer i måltidet skal have ændret og tilpasset konsistens.	Alle madvarer skal være findelt og pureret, og der må ikke være nogen former for klumper eller hårde skorper. Konsistensen må ikke være klæg, sej eller klistret. Som fx æggestand.

Væske Konsistenser	Drikke Karakteristika	Bemærkning
Let fortykket konsistens <u>ThickenUp Clear*</u> ½ måleske (0,6 g) pr 100 ml <u>Attylet PLUS**</u> Knap ½ måleske (0,7 g) pr 100 ml	Kan drikkes af et glas/kop, men "løber" langsommere end normale tynde drikke. Løber hurtigt gennem tænderne på en gaffel og efterlader en let belægning.	Som fx kærnemælk, tomat- og grønsagsjuice, drikkeyoghurt Normale tynde drikke tilsættes fortykningsmiddel
Moderat fortykket konsistens <u>ThickenUp Clear*</u> 1,5 måleske (1,8 g) pr 100 ml <u>Attylet PLUS**</u> 1 måleske (2 g) pr 100 ml	Kan drikkes af et glas/kop, men "løber" meget langsomt. Kan bedst indtages med en teske. Drypper langsomt mellem tænderne på en gaffel.	Svarer til sirup ved rumtemperatur eller en tyk shake. Det kan være vanskeligt at få tilstrækkeligt med væske på denne konsistens. Sonde kan være nødvendigt.
Meget fortykket konsistens <u>ThickenUp Clear*</u> 2 måleske (4 g) pr 100 ml <u>Attylet PLUS**</u> 2 måleske (4 g) pr 100 ml	Ekstremt tykt. Kan ikke drikkes af glas/kop. Kan kun spises med en ske. Sidder fast og løber ikke gennem tænderne på en gaffel.	Som fx budding, fromage, frosne shakes. Det kan være vanskeligt at få tilstrækkeligt med væske på denne konsistens. Sonde kan være nødvendigt.

*ThickenUp Clear tilsættes inden væske. ** Tilsæt først væske og derefter Attylet PLUS.

Marts 2019 Udarbejdet af: klinisk diætist Allis Bek, Mad og Måltid og ergoterapeut Marlene Helms, Vital Horsens

Kilde: Den nationale kosthåndbog: www.kosthaendbogen.dk