



4

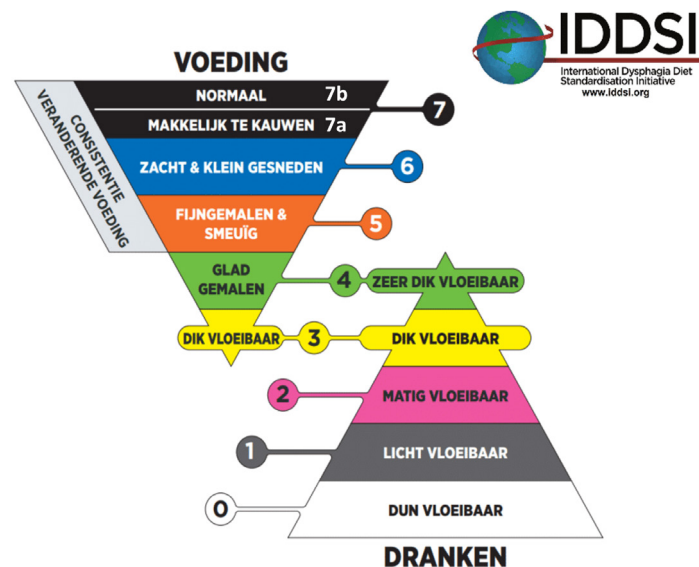
IDDSI 4

Gladgemalen

Wat is IDDSI?

IDDSI is een internationale standaard voor textuuraangepaste voeding en verdikte dranken bij mensen met slikproblemen (dysfagie). Ze wordt wereldwijd gebruikt in ziekenhuizen, woonzorgcentra en thuiszorg, zodat zorgverleners overal dezelfde afspraken volgen.

Het IDDSI raamwerk telt 8 niveaus (0–7) met een nummer, benaming en kleurcode. Dit helpt om voeding en dranken veilig te herkennen, correct te bereiden en af te stemmen op de slikveiligheid van de bewoner.



Richtlijnen en kant-en-klare recepten vind je op de website van IDDSI. Andere nuttige websites zijn: www.iddsidex.nl, www.datisevenslikken.nl, www.mijndysfagie.be...

Hoe wordt er gezorgd voor een aangepaste consistentie?

Hier wordt een indikkingsmiddel voor gebruikt. Deze draagt bij tot het waarborgen van een aangepaste consistentie en van de homogene structuur bij gemixte voeding. Zo kunnen in principe alle dranken (koud of warm) en gerechten worden aangepast om veilig geconsumeerd te worden.



Ingedikte dranken

IDDSI deelt dranken in volgens hoe dun of dik ze zijn, zodat drinken veilig verloopt.

- IDDSI 0 zijn dunne dranken zoals water, thee of koffie.
- IDDSI 1 en 2 zijn enigszins verdikte dranken. Ze stromen trager en zijn makkelijker en veiliger om door te slikken.
- IDDSI 3 zijn sterk verdikte dranken. Deze kunnen nog uit een beker worden gedronken, maar niet meer met een rietje.
- IDDSI 4 zijn zeer dik, vergelijkbaar met yoghurt of pudding en worden meestal met een lepel gegeven.

Welk niveau nodig is, hangt af van het slikprobleem van de bewoner. De logopedist geeft hierover een duidelijk advies en bepaalt welk IDDSI-niveau gevolgd moet worden.

- IDDSI 0 ➡ geen indikking, gewone vloeistoffen
- IDDSI 1 ➡ 0,5 schepje indikkingsmiddel per 100ml
- IDDSI 2 ➡ 1 schepje indikkingsmiddel per 100ml
- IDDSI 3 ➡ 2 schepjes indikkingsmiddel per 100ml
- IDDSI 4 ➡ 3 schepjes indikkingsmiddel per 100ml



IDDSI 4 – gladgemalen

Ontbijt

Koekjespap

Deze pap heeft als basis een dikke vanillepudding. Door het toevoegen van Cérélac Koekjesmeel (Nestlé) bekomt men, na goed roeren, een homogene massa. Portioneer in een kom en dien warm op. Het koekjesmeel is te verkrijgen bij de apotheker of in grootwarenhuizen (afdeling voeding voor kinderen). Men kan ook variëren in smaak door te starten met een chocolade- of mokkapudding. Er kan ook speculaas gebruikt worden om een speculaassmaak te bekomen. (Zie recepturen voor variatie.)

Ingedikte drank (op advies logopedist)

Of dranken dienen ingedikt te worden, hangt af van het advies van een logopedist. Indien het advies wordt gegeven dat ingedikte drank nodig is, dienen alle dranken, zowel warme als koude, te worden ingedikt. Men kan een kant-en-klare ingedikte variant kopen of de verschillende dranken zelf indikken met een indikkingsmiddel. (Zie productenlijst)

Tussendoor: lepelbare bijvoeding (amylaseresistent)

Ingedikte crème

Dit is een lepelbare medische bijvoeding die rijk is aan eiwitten, energie, vitamines, mineralen en spoorelementen. Het is een bijvoeding qua smaak vergelijkbaar met pudding.

(Zie productenlijst)

Ingedikte fruitmoes

Dit is een lepelbare medische bijvoeding die rijk is aan eiwitten, energie, vitamines, mineralen en spoorelementen. Het is een bijvoeding qua smaak vergelijkbaar met een fruitmoes.

(Zie productenlijst)



Middagmaal

Gezeefde en gemixte soep, ingedikt op vraag van logopedist

Indien geen indikking is aangewezen, moet de soep goed gezeefd en gemixt worden.

Ingedikte soep kan kant-en-klaar gekocht worden of kan men zelf klaarmaken. De kant-en-klare versie is een medische bijvoeding rijk aan energie, eiwitten en vezels.

Indien men ingedikte soep zelf wil klaarmaken, moet men de soep eerst goed zeven (geen kervel-, waterkers-, en peterseliesoep). Vervolgens kan men deze indikken met een indikkingsmiddel. De dikte is afhankelijk van het advies van de logopedist (IDDSI 1-4).

Aardappelpuree

Kook de aardappelen zacht en maak er puree van.

Gemixt vlees of vis

We gebruiken in het SFZ een kant-en-klare timbaal voor het vlees en vis van IDDSI 4. Recepten die toegelaten worden binnen IDDSI 4 kan je vinden op de website van IDDSI of op datisevenslikken.nl.

Ingedikte, gemixte groenten of fruit

Kook groenten en fruit zoals wortelen, broccoli, spinazie, bloemkool, knolselder, appels en peren zacht. Gebruik liefst geen vezelige groenten zoals tomaat, selder, prei, witloof en andijvie. Mix de zachtgekookte groenten en voeg indikkingsmiddel toe.

Lepelbare bijvoeding (amylaseresistent): ingedikte crème of ingedikte fruitmoes

Ingedikte drank (op advies logopedist)



Avond

Broodmix

Breng 250 ml halfvolle of volle melk aan de kook. Voeg 75g Clinutren Céréal (Nestlé) toe. Roer goed tot een homogene massa. Portioneer in een kom en dien warm op. In plaats van melk kan men ook gebruik maken van koffie, fruitsap of appelsap. Clinutren Céréal (Nestlé) is te verkrijgen bij de apotheek. Je kan ook zelf met brood een broodmix maken. Een voorbeeld hiervan is een broodmix met chocopasta. De ingrediënten zijn: 2 sneden wit brood, 1 grote eetlepel chocoladepasta, 100 ml room en 50 ml melk. Dit alles samen mixen tot een glad geheel. (Zie recepturen voor variatie.)

Ingedikte drank (op advies logopedist)



Recepturen

Koekjespap:

Vanille koekjespap

250 ml warme vanillepudding (volle melk + vanillepuddingpoeder + suiker of zoetstof indien diabetes). 1 à 2 eetlepels koekjesmeel*

Chocolade koekjespap

250 ml warme chocoladepudding (laat wat chocolade smelten in de melk alvorens het puddingpoeder toe te voegen of maak pudding met een chocoladepuddingpoeder). 1 à 2 eetlepels koekjesmeel*

Speculoos koekjespap

Enkele speculooskoekjes laten weken in de melk. Melk koken, vanillepuddingpoeder toevoegen. Normaal hoef je geen koekjesmeel meer toe te voegen en dienen de speculooskoekjes als koekjesmeel

Chocolade speculoos koekjespap

Enkele speculooskoekjes laten weken in de melk. Melk koken, chocoladepuddingpoeder toevoegen of wat chocolade laten smelten in de melk. Normaal hoef je geen koekjesmeel meer toe te voegen en dienen de speculooskoekjes als koekjesmeel

Mokka koekjespap

250 ml warme vanillepudding. Voeg wat oploskoffie toe aan de pudding. 1 à 2 eetlepels koekjesmeel*

*Koekjesmeel = Nestlé Cerelac koekjesmeel voor fruitpap
(te vinden in de winkel bij de babyvoeding)

Broodmix:

Warme broodmix appelmoes

2 sneden wit brood, 150 ml room, 4 volle eetlepels appelmoes, 1 eetlepel suiker.

Alles samen mixen, erna opwarmen.

Koude mix banaan

2 sneden wit brood, 100 ml room, 100 ml melk, 1 banaan, 1 eetlepel suiker.

Alles samen mixen.

Koude mix aardbei

2 sneden wit brood, 100 ml room, 100 ml melk, grote handvol aardbeien (diepvries), 2 eetlepels suiker.

Alles samen mixen.

Koude mix appelsap

2 sneden wit brood, 100 ml room, 100 ml appelsap, 1 eetlepel suiker.

Alles samen mixen.

Giet niet alle vloeistoffen ineens erbij, kijk zelf naar consistentie! Soms is de broodmix bij bereiding nog te dun, maar dicht deze later nog in. Indien deze direct genuttigd word, voeg je best minder vloeistof toe.



Broodmix:

Warme mix met vidé

2 sneden wit brood, 60 ml room, 50 gr vidé, 140 ml melk.

Alles samen mixen, erna opwarmen.

Koude mix met bereide salade (zalmzalade/kipsalade/...)

2 sneden wit brood, 2 à 3 eetlepel salade, 100 ml room, 50 ml melk.

Alles samen mixen.

Koude mix met chocoladepasta

2 sneden wit brood, 1 grote eetlepel chocoladepasta, 100 ml room, 50 ml melk.

Alles samen mixen.

Mix met (spek en) ei

1 snede wit brood, 1 omelet, 1 timbaal spek*, 100 ml room, +/- 75 ml melk.

Alles samen mixen, kan koud of warm gegeten worden.

Giet niet alle vloeistoffen ineens erbij, kijk zelf naar consistentie!

*= kant-en-klare portie gemalen spek (Findus).

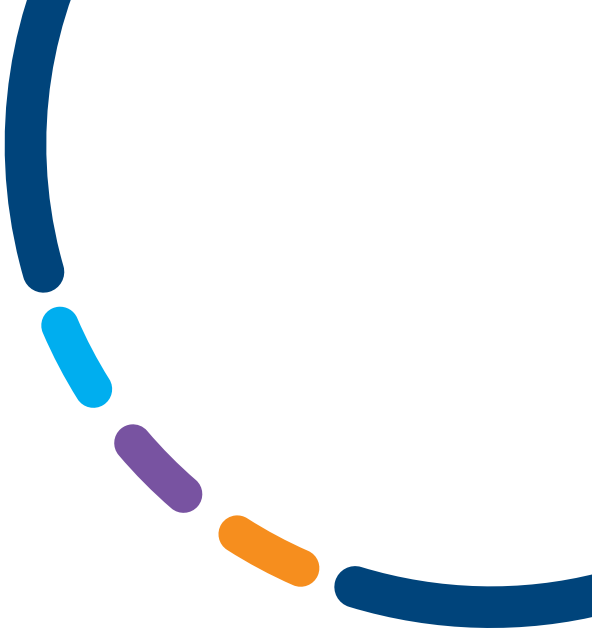
Findus timbalen zijn warme maaltijdcomponenten met gladde textuur (IDDSI 4), geschikt als fingerfood of met lepel/vork. Verkrijgbaar in brood, groenten, vlees en vis, ook voor thuis via Revogan. Vooral geschikt voor warme maaltijden.



Productenlijst

De medische bijvoedingen zijn te verkrijgen bij de apotheek. Ze bestaan in verschillende smaken. Zo kan je zelf uitzoeken welke smaken en soorten het beste lukken.

	Nutricia	Nestlé	Fresubin	Delical
Ingedikte crème	Fortimel Crème 	Resource dessert gourmand  Resource dessert 2.0 	Fresubin 2 kcal crème  Fresubin Yocrème (vergelijkbaar met yoghurt) 	Delical Crème La Floridine  Delical Le Brassé 
Ingedikte fruitmoes	Nutilis Fruit 		Fresubin dessert fruit 	Delical Nutra'Pote 
Ingedikte drank	Nutilis Aqua 	Clinutren Thickened Drink 	Fresubin Eau Gélifiée 	Delical Gelodiet 
Indikkingsmiddel	Nutilis Poeder/Clear 	Resource ThickenUp Clear 	Fresubin Clear Thickener 	Delical Gelodiet 
Ingedikte soep		Resource soup 		Delical soep HPHC 



Heb je vragen?

Neem contact met ons op!

Diëtisten

Rochus Kelly	011 71 50 88
Schuyten Claudia	011 71 53 58
Vandebosch Anneleen	011 71 50 92
Van Leuffelen Annelies	011 71 50 91

E-mail: dietistensfz@sfz.be

Logopedisten

Aerts Heidi	011 71 55 66
Gernaey Leen	011 71 55 67
Poesen Fien	011 71 55 70

E-mail: sfz.logopedie@sfz.be