



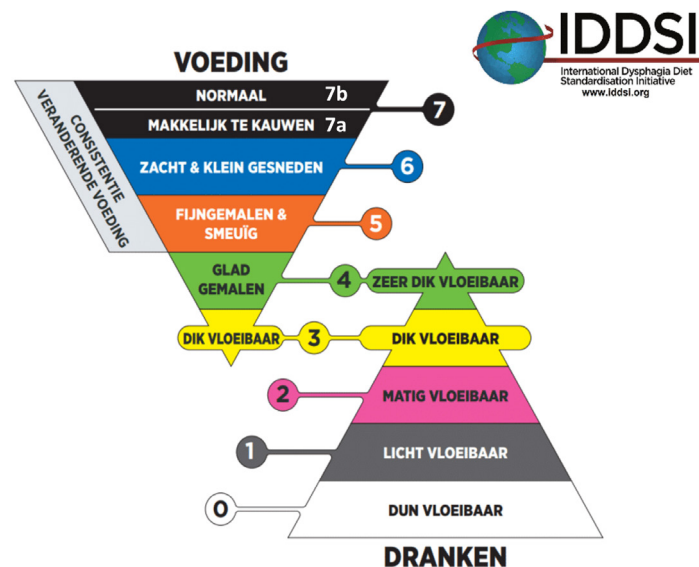
IDDSI 5

Fijngemalen & smeuiig

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 ...

Aangepaste voedingsconsistentie

IDDSI 5 houdt in dat voeding zacht en vochtig is. Minimaal kauwen is vereist.

Om deze consistentie te bereiken wordt een indikkingsmiddel 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 5 – fijngemalen & smeuiig

Broodmaaltijd

Wit/bruin brood zonder korsten en zonder grove vezels.

Chocoladebroodjes, croissants, fantasiebroden zoals sandwiches, rozijnenbrood ... worden best niet gebruikt.

Smeerbaar beleg

- Confituur
- Smeerkaas
- Platte/witte kaas
- Smeerpaté
- Chocoladepasta
- Speculaaspasta
- Siroop
- Honing
- Zachte fruitmoes zonder stukken, pitten of pellen

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: dysfagiedesserten 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). Soep wordt best los van de warme maaltijd gebruikt, dit wil zeggen een half uur tot een uur voor de maaltijd of na de maaltijd.

Aardappelpuree

Kook de aardappelen zacht en maak er puree van.

Gemalen vlees of vis

Bak of kook het vlees. Mix het fijn, voeg eventueel wat vleessaus of boter toe. Dik het vlees eventueel in met indikkingsmiddel, serveer steeds met saus.

Gepureerde en ingedikte 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

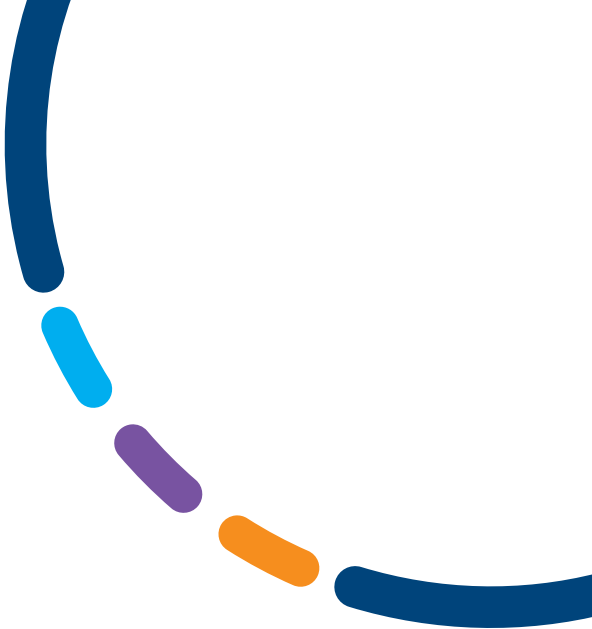
Ingedikte drank (op advies logopedist)



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