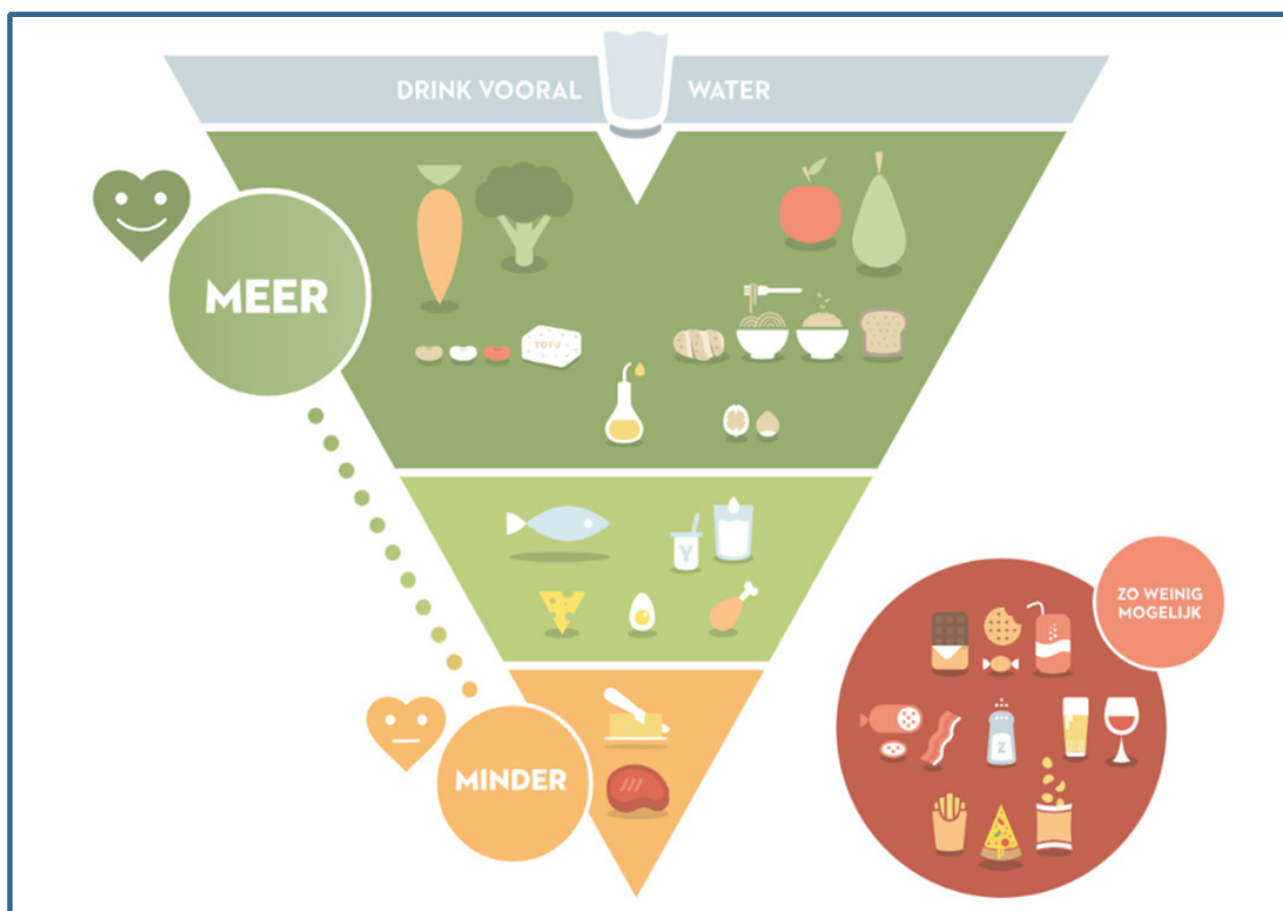




EC
7

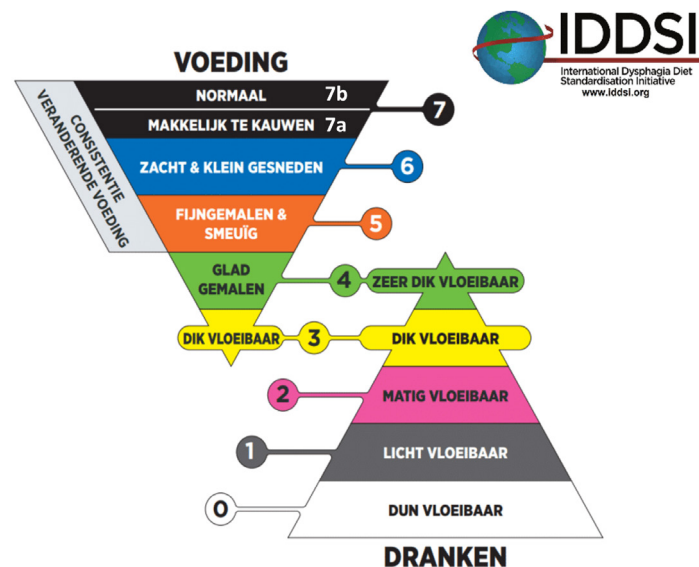
IDDSI 7a

Makkelijk te kauwen

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 ...

Geriatrische voeding

Een geriatrisch menu bestaat uit een verrijkte voeding om ondervoeding te vermijden. Doordat deze voeding meer energie levert, is het efficiënter om aan te sterken. Er wordt aangeraden om kleine, frequente maaltijden te nemen.



Aangepaste voedingsconsistentie

IDDSI 7a (gemakkelijk te kauwen) staat voor voeding die er normaal uit ziet, maar aangepast is zodat ze makkelijker en veiliger te kauwen is. Deze voeding heeft een zachte en malse textuur, waardoor minder kauwkracht nodig is, maar kauwen blijft wel vereist. Het is bedoeld voor mensen die nog kunnen kauwen, maar niet voldoende kracht of uithouding hebben voor taai of hard voedsel. Alle geriatrische patiënten in het SFZ krijgen deze voeding.



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 7a – makkelijk te kauwen

Hierbij is het aangeraden om volgende voedingsmiddelen te gebruiken:

Broodmaaltijd

Wit/bruin brood zonder korsten en zonder grove vezels.

Sandwiches en rozijnenbrood kunnen ook ter afwisseling.

Chocoladebroodjes, croissants ... worden best niet gebruikt.

Beleg

Alle smeerbaar beleg is toegelaten zoals confituur, smeerkaas, platte/witte kaas, chocoladepasta, speculaaspasta, smeerpaté, siroop, honing, zachte fruitmoes ... Andere zachte, niet vezelige belegsoorten zijn ook toegelaten zoals Hollandse kaas, hesp, kalkoenham, kippenham, vleesbrood, boterhamworst. Taaie soorten zoals rosbief, filet de sax, parmaham ... zijn te vermijden.

Tussendoor

- Pudding
- Yoghurt
- Fruit op siroop
- Peperkoek
- Roomijs
- Banaan
- Mousse
- Zachte koeken: Madeleine, wafel, mergpijpje, frangipane, confituurrolletje

Middagmaal

Verrijkte gemixte soep

Soep wordt best gemixt zodat er geen stukken meer in zitten. Voeg room toe om de soep te verrijken. 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/gekookte aardappelen

Pasta

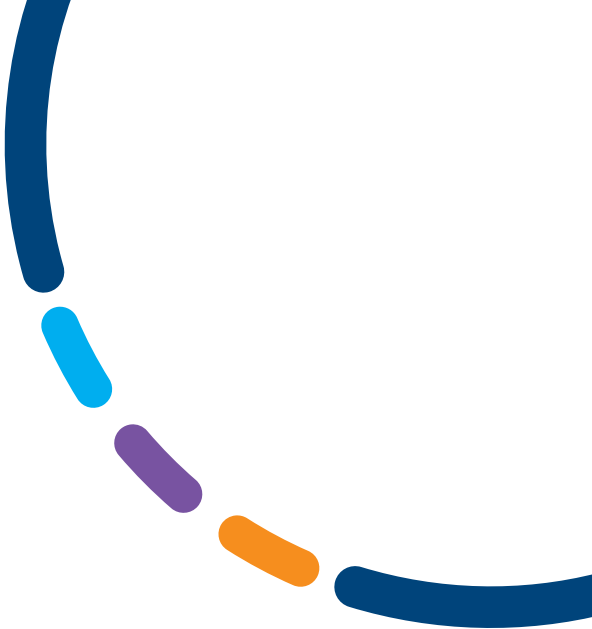
Vlees/vis

Bak of kook het vlees of de vis. Indien dit wordt gebakken, bak het niet te hard zodat het niet taai wordt. Vermijd taaie vleessoorten zoals stoofvlees, gebraad, biefstuk. Serveer steeds met saus.

Groenten/fruit

Kook de groenten zacht. Vermijd te vezelige soorten zoals rauwkost, asperges, selder, prei, witloof, andijvie en champignons.





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