

# Problemer med at spise, drikke eller synke

Mette Darholt, Diætist i  
Slagelse Kommune og Maria  
Bensen, Ergoterapeut, Cand. It.  
Underviser og forsker på  
Professionshøjskolen Absalon

11. januar 2018



# Program

Den normale synkefunktion

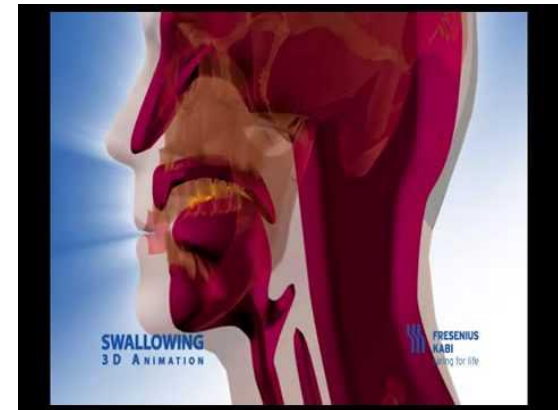
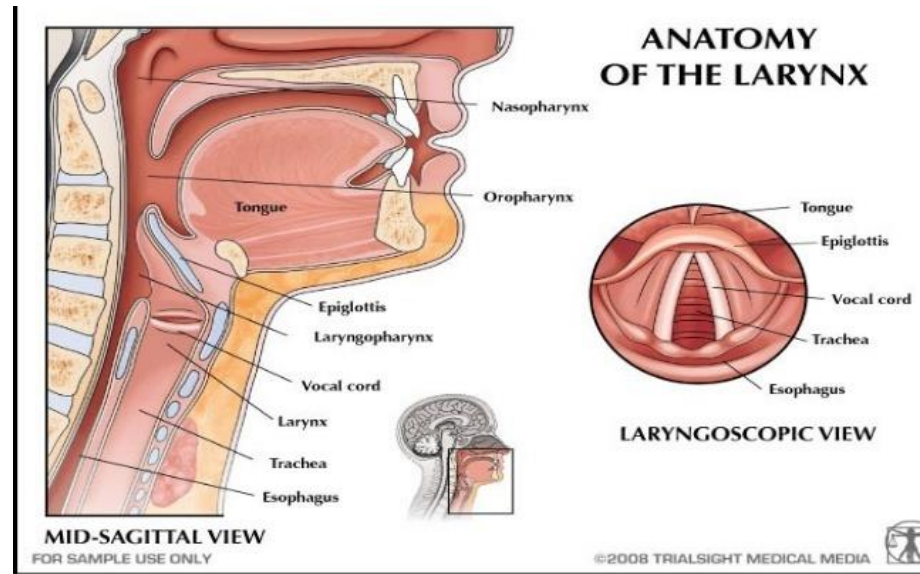
Når det går galt - aspiration

Symptomer på aspiration

Siddestillingers betydning

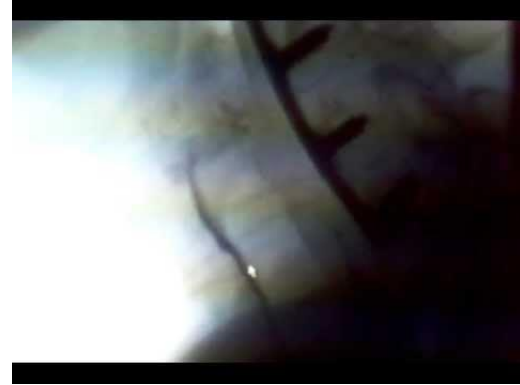
Konsistenser

# Den normale synkefunktion



# Når det går galt – aspiration

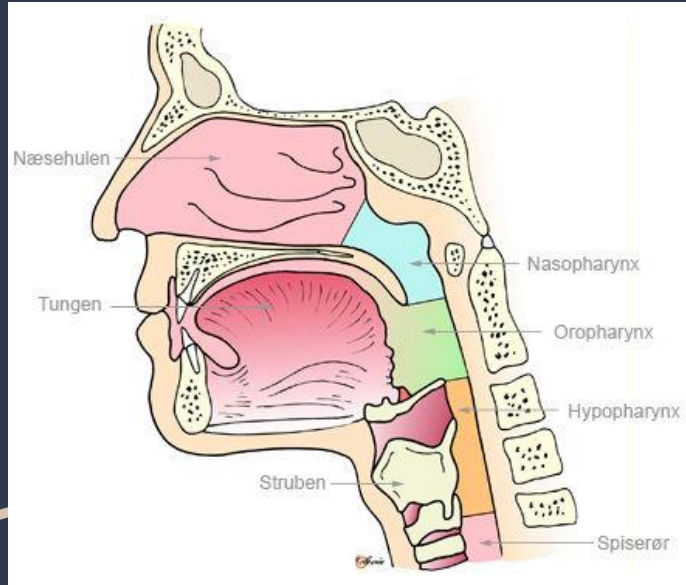
Videofluoroskopi:



FEES (Fiberoptic Endoscopic Evaluation of Swallowing):



# Symptomer på aspiration



**Kliniske symptomer**, som giver mistanke om aspiration:

- Maveindhold i oropharynx
- Dyspnø
- Hypoxi (lavt iltindhold i blod og væv)
- Hoste

Op til 64% af patienterne udvikler ingen af disse symptomer, og nogle udviser muligvis kun hoste.

Vigtigste **risikofaktorer** for aspiration:

- Høj alder (> 65 år)
- Apoplexi
- Bevidsthedspåvirkning (GCS<9)
- Dårlig mundhygiejne

Kilde: [National guideline](#) [vedrørende pulmonale aspirationssyndromer](#)

# Siddestillingers betydning

## Evidensbaserede anbefalinger ift. personens stadie af dysfagi

### Akut dysfagi

Individuelle råd og løbende vejledning samt justering af modificeret væske og kost i samarbejde med klinisk diætist og ergoterapeut

I undersøgelses- og træningssituationer kan fx benyttes konsistenstrappen fra Anbefalinger for den danske institutionskost (11)

### Kronisk dysfagi

Chin down procedure og tynde væsker  
Desuden selvvalgt kostkonsistens



Til ældre plejehjemsbeboere bør der være et tilbud om forskellige valgmuligheder af tygge-/synkevenlig kost i form af hhv. blød kost, purékost og gratinkost (se 11)

blød kost, purékost og gratinkost (se 11)  
tilbydes som valgmuligheder i form af hhv.

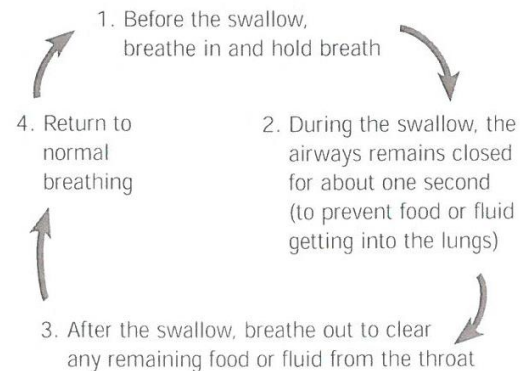
Kilde:

[http://www.cfkr.dk/media/344572/modificeret\\_kost\\_og\\_v\\_ske\\_til\\_vok\\_sne\\_\\_18\\_\\_r\\_\\_personer\\_med\\_\\_vre\\_dysfagi.pdf](http://www.cfkr.dk/media/344572/modificeret_kost_og_v_ske_til_vok_sne__18__r__personer_med__vre_dysfagi.pdf)

# Særligt for mennesker med KOL

Vanskeligt ved at koordinere vejtrækning og synk.  
Øvelse:

## *“Inspiration-hold vejret-synk-ekspiration”*



Kilde: [Better Living with Chronic Obstructive Pulmonary Disease](#)

# Nu skal I prøve :-)



1. Sid på din stol, som du plejer til et måltid, tag en tår vand og en kiks.
2. Sæt dig frem med bækkenet og nakken tilbage. Drik en tår vand og spis en kiks
3. To og to skal I made hinanden med kiks og vand - "patienten" må ikke hjælpe til, men sidder tilbagelænet

Opsamling:

Hvad har I fået med jer ved at prøve dette?



# Konsistenser

## RAMMEPLAN

Diætbehandling af voksne  
med øvre dysfagi

Juli 2017

# Mad

## 11. BILAG

### 11.1. Bilag 1: Konsistenstrappe for mad



<b>Umodificeret konsistens</b>	<b>Anvendes:</b> ved normal tunge-, tygge- og synkefunktion. Dette svarer til almindelig kost med blandet konsistens. <b>Eksempler på mad:</b> mad som er sprødt, hårdt eller trevet. Modificeret konsistens er <b>fuldgyldig</b> ernæring.
<b>Blød konsistens</b>	<b>Anvendes:</b> ved næsten fuldstændig tyggefunktion. Tunge- og synkefunktion er normal. Der er behov for at tygge maden, men ikke nødvendigvis behov for at bide maden over. <b>Madens konsistens:</b> er blød, ensartet, saftig/våd og kan deles/moses let med en gaffel. Alle ingredienser skal være naturligt bløde eller tilberedes, så de får en blød konsistens, dvs. koges, dampes eller bages. <b>Eksempler på mad:</b> Risengrød, frikadelle uden stegeskorpe, fisk samt grøntsager som er kogt møre. Sauce bør serveres med det anviste konsistensniveau for væske. Blød kost er <b>fuldgyldig</b> ernæring.
<b>Gratinkonsistens</b>	<b>Anvendes:</b> hvor det primært er tungen, der benyttes til at bearbejde maden, og hvor bolus (fødebollen) kan dannes uden anstrengelse. <b>Madens konsistens</b> er blød, ensartet og holder formen på tallerkenen. Alle ingredienser og råvarer skal være pureret inden tilberedning. Maden er let at mose med en gaffel, indeholder ingen hele kostkomponenter og skal kunne spises med en gaffel. <b>Eksempler på mad:</b> æggestand, paté med pureret konsistens, øllebrød, skyr, kartoffelmos, grønsagsmos. Soves bør serveres med det anviste konsistensniveau for væske. Gratinkonsistens er <b>fuldgyldig</b> ernæring, eventuelt beriget med fedt og protein.
<b>Cremet konsistens</b>	<b>Anvendes:</b> ved nogen tungetransport og synkefunktion. Der kræves nødvendigvis ingen tyggefunktion. <b>Madens konsistens</b> er cremet, tyk, ensartet og uden klumper og danner i sig selv en bolus. Alle ingredienser skal være naturligt cremede eller pureret til en cremet konsistens. Konsistensen er fugtig og sammenhængende nok til, at holde sin form på en ske. Maden flyder ikke ud på en tallerken og skal kunne spises med en ske. <b>Eksempler på mad:</b> Babymos, pureret banan, skyr med ribsgele, flødeskum, ensartet og pureret grønsagsmos, blendet røræg med fløde, pureret risengrød. Crement konsistens er <b>ikke fuldgyldig</b> og skal derfor altid suppleres med sondeernæring
<b>Sondeernæring</b>	<b>Anvendes:</b> som eneste ernæringskilde, hvor der ikke er nogen synkefunktion, eller som supplement ved et højere konsistensniveau. Sondeernæring er <b>fuldgyldig</b> ernæring.

Kilde: (39; 20). Konsistenstrappen for mad med modificeret konsistens er inddelt i niveauer. Det nederste trin svarer til det laveste funktionsniveau.

# Eksempler på mad



# Drikke

## 11.2.Bilag 2: Konsistenstrappe for drikke



<b>Umodificeret konsistens</b>	<p><b>Anvendes:</b> ved normal tunge-, tygge- og synkefunktion.</p> <p><b>Væskens konsistens:</b> Der kræves ingen tilsætning af fortykningsmiddel og væsken kan drikkes af kop, glas, flaske eller med sugerør. Væsken har et meget hurtigt flow.</p> <p><b>Eksempler på væske:</b> Vand, saftvand, kaffe m.fl.</p>
<b>Let fortykket konsistens</b>	<p><b>Anvendes:</b> hvor synkefunktionen er næsten normal.</p> <p><b>Væskens konsistens:</b> er naturlig tyk eller tilsat fortykningsmiddel, så væsken har et stabilt, hurtigt flow, der er noget langsommere end umodificeret konsistens. Drikkes bedst af glas eller kop. Det kræver ekstra kraft at drikke let fortykket konsistens med et almindeligt sugerør.</p> <p><b>Eksempler på væske:</b> Kærnemælk, kakaomælk, drikkeyoghurt, ernæringsdrikke m.fl. eventuelt konsistentilpasset.</p>
<b>Moderat fortykket konsistens</b>	<p><b>Anvendes:</b> hvor der er nogen tungetransport og nogen synkefunktion.</p> <p><b>Væskens konsistens:</b> Moderat fortykket konsistens opnås ved at anvende fortykningsmiddel, så væsken har et meget langsomt flow og drypper langsomt gennem tænderne på en gaffel. Konsistensen svarer til honning ved stuetemperatur. Det er muligt at drikke moderet fortykket væske af en kop, men det er vanskeligt at drikke denne konsistens med et sugerør. Væsken indtages nemmest med en ske.</p> <p><b>Eksempler på væske:</b> sirupskonsistens som indtages med en ske.</p>
<b>Meget fortykket konsistens</b>	<p><b>Anvendes:</b> hvor der er nogen synkefunktion, men ingen tyggefunktion.</p> <p><b>Væskens konsistens:</b> Meget fortykket konsistens opnås ved at anvende fortykningsmiddel, så væsken <u>ikke</u> har noget flow og konsistensen svarer til budding eller mousse. Væsken sidder fast på en gaffel og er så fortykket, at en teske kan stå i væsken. Det er ikke muligt at drikke væske med meget fortykket konsistens af en kop eller med et sugerør, og den skal derfor indtages med en teske.</p> <p><b>Eksempler på væske:</b> budding og mousse.</p>
<b>Sondeernæring</b>	<p><b>Anvendes:</b> som eneste væskkilde, enten hvor der ikke er nogen synkefunktion, eller som supplement ved et højere konsistensniveau.</p> <p><b>Væskens konsistens:</b> Væske (vand) indgives i sonden sammen med sondeernæringen. Væsken behøver ingen fortykning inden indgift.</p>

Kilde: (39; 20). Konsistenstrappen for væske med modificeret konsistens er inddelt i niveauer. Det nederste trin svarer til det laveste funktionsniveau.

# Fortykkede væsker

## Afprøvning med Thickenup Clear

- Let fortykket
- Moderat fortykket
- Meget fortykket



Tak for jeres  
opmærksomhed !

**Mette Darholt, diætist**

Mail: [medar@slagelse.dk](mailto:medar@slagelse.dk)

**Maria Bensen, adjunkt, ergoterapeut, cand.it.**

Mail: [maas@pha.dk](mailto:maas@pha.dk)