

Gratinkost

Til patienter og pårørende

Dysfagi

Denne information er til dig, der har fået spise- og synkeproblemer (dysfagi) efter en apopleksi samt til dine pårørende. Nedenstående informationen skal ses som et supplement til den vejledning, du får af personalet på afdelingen.

Dysfagi (spise og synkeproblemer)

Dysfagi giver vanskeligheder med at spise, drikke og synke. Dysfagi kan også forekomme, selvom det kun er mundvand, du skal synke. Symptomerne er ofte forårsaget af lammelse eller nedsat følelse i ansigt, mund eller svælg. Fejlsynkning er et stort problem, når mad og drikke løber forkert og ender i lungerne. Hos nogle er fejlsynkning lydløs og hos andre hoster de i forbindelse med indtag af mad og væsker. Fejlsynkning kan give infektioner i form af lungebetændelse og kan i værste fald resultere i kvælning.

Undersøgelser

Har du dysfagi, vil en ergoterapeut lave en undersøgelse af dit ansigt, mund og svælg og problemområderne vil blive afdækket. Der vil i nogle tilfælde være behov for at få lavet en FEES undersøgelse (Fiber Endoskopisk Evaluering af Synkefunktion), som kan hjælpe med at afdække vanskelighederne i svælget. Herefter laves en behandlingsplan med henblik på at genoptræne synkevanskelighederne.

Det er ergoterapeuten, der vurderer, hvilken kost og væskekonsistens, der er forsvarligt at indtage uden risiko for fejlsynkning. Ergoterapeuten vil altid være til stede, når du skal afprøve en ny kost- og væskekonsistens og der laves løbende synkevurderinger.

Mad- og drikkekonsistenser

Din ergoterapeut har vurderet, at du skal



have kost af: Gratinkost.

Gratinkost er en blød, ensartet og cremet konsistens i fast form, der er let at tygge. Dette er fx kød-, fisk- eller fjerkræspuré som gratin, kartoffelmos, sovs, grøntsagspuré som gratin og gratinrugbrød med smørepålæg og gele som pynt. Gratinkost anvendes i overgangen fra cremet konsistens til en mere fast konsistens, men som ikke kræver megen bearbejdning i munden. Tynde væsker er sværere at synke end tyktflydende væsker. Der findes fortykningsmidler, der kan tilsættes tynde væsker.

Dine drikkevarer fortykkes til samme konsistens som:

- Sirup
- Kakaomælk
- Ingen fortykkelse

OBS: at patienter med dysfagi ikke må få bolcher, chokolade, is og småkager. Det er vigtigt også at være opmærksom på, at man ofte ikke må få supper.

Har du spørgsmål, er du velkommen til at henvende dig til ergoterapeuten.