



# UTEKOČINJENA



**IDDSI**

International Dysphagia Diet  
Standardisation Initiative  
www.iddsi.org



## Uporaba stopnje 3 (utekočinjena hrana) za odrasle

### Kakšna je stopnja gostote?

Stopnja 3 (utekočinjena):

- ✓ Lahko se je z žlico ali pije iz skodelice.
- ✓ **Ni je mogoče** jesti z vilicami, saj kaplja skozi zareze vilic.
- ✓ Ima gladko teksturo brez koščkov (grudic, vlaken, luščine, lupine, kože, hrustanca, kosti).

### Zakaj se ta stopnja gostote uporablja za odrasle?

Stopnja 3 (utekočinjena) se lahko uporablja, če imate težave s premikanjem jezika. Gostejša konsistenca omogoča jeziku, da utekočinjeno hrano dlje časa zadrži in lažje premika po ustih. Utekočinjeno hrano je najlažje jesti z žlico. Ob uživanju tovrstne teksture hrane se posvetujte z dietetikom, ki bo glede na vaše potrebe preveril, ali zaužijete ustrezno količino hranil.

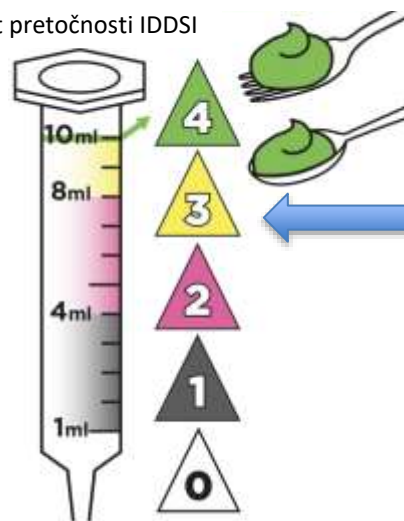
### Kako preverim, ali hrana ustreza stopnji 3 (utekočinjena)?

Gostoto utekočinjene hrane je najbolj zanesljivo izmeriti s testom pretočnosti IDDSI *in* testom kapljanja z vilic IDDSI. Testa izmerita gostoto tekočine glede na to, koliko tekočine izteče iz 10 ml brizge v 10 sekundah in kako hitro tekočina pronica skozi zareze jedilnih vilic.

IDDSI priporoča, da za preverjanje ustrezne stopnje gostote uporabite 10 ml brizgo in sledite spodaj podanim navodilom. Pri hrani, ki ustreza stopnji 3 (utekočinjena), mora biti po 10 sekundah pretoka v brizgi **najmanj 8 ml ostanka**. Strokovnjak lahko poda določeno število med 8 in 10 ml, ki ga je potrebno doseči. Pri uporabi testa kapljanja z vilic IDDSI snov počasi pronica skozi zareze vilic.

Stopnja 4: Uporabite test kapljanja z vilic/nagibanja žlice IDDSI

Test pretočnosti IDDSI



Oglejte si videoposnetke testa pretočnosti IDDSI in testa kapljanja z vilic IDDSI na

[www.IDDSI.org/framework/drink-testing-methods/](http://www.IDDSI.org/framework/drink-testing-methods/)

### Pred testiranjem ...

**Preverite** dolžino brizge, saj se le-te med seboj razlikujejo. Vaša brizga mora izgledati tako:



Dolžina 10 ml skale  
= 61,5 mm



### Test kapljanja z vilic IDDSI

Snov počasi pronica skozi zareze vilic.

1. Odstranite bat.

2. S prstom pokrijte ustje brizge in jo napolnite z 10 ml.

3. Umaknite prst z ustja in začnite meriti čas.

4. Ustavite po 10 sekundah.



TEST PRETOČNOSTI IDDSI