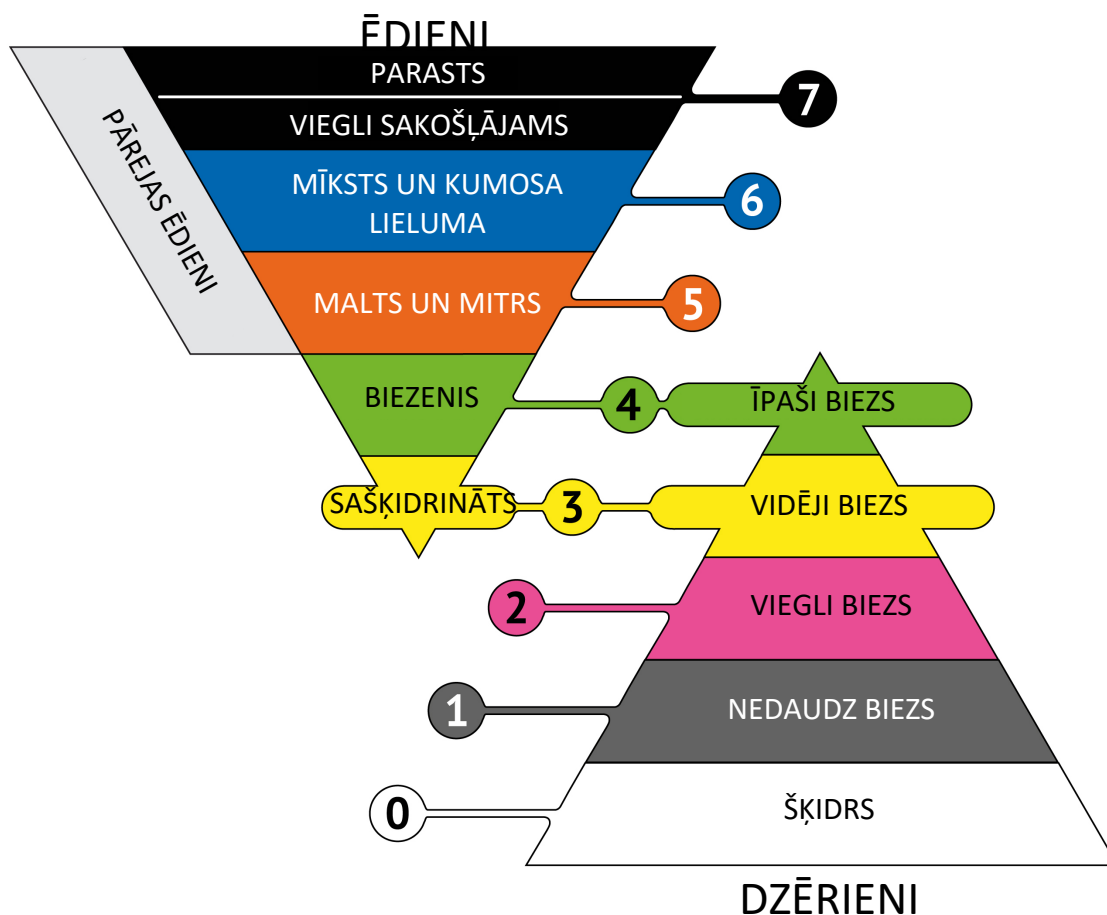


IDDSI

International Dysphagia Diet
Standardisation Initiative
www.iddsi.org



IDDSI ietvars Detalizētas definīcijas 2.0 | 2019



ŠĶIDRS

Apraksts/ Īpašības	<ul style="list-style-type: none">• Plūst kā ūdens• Ātra plūsma• Var dzert caur jebkura veida knupi, krūzi vai salmiņu atbilstoši vecumam un prasmēm
Šī biežuma līmeņa fizioloģiskais pamatojums	<ul style="list-style-type: none">• Funkcionāla spēja droši pārvaldīt visu veidu šķidrumus

Lai gan ir sniegti apraksti, izmantojiet IDDSI testēšanas metodes, lai izlemtu, vai šķidrums atbilst IDDSI 0. līmenim.

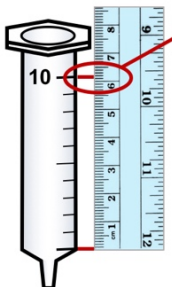
Testēšanas metode

Skatīt arī *IDDSI Testing Methods* (IDDSI testēšanas metodes) dokumentu vai <https://iddsi.org/framework/drink-testing-methods/>

IDDSI Plūsmas tests*	<ul style="list-style-type: none">• 10 ml šļircē pēc 10 sekunžu plūsmas palicis mazāk par 1 ml (skatiet IDDSI plūsmas testa norādījumus*)
-----------------------------	---

#Pirms testa...

Jums jāpārbauda šļircē garums, jo šļircē garumā pastāv atšķirības. Jūsu šļircei vajadzētu izskatīties šādi.

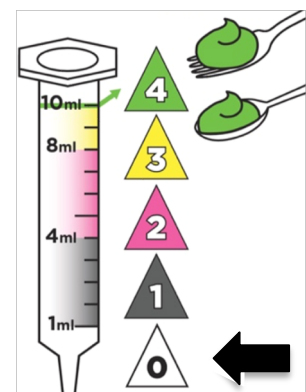


10 ml skalas garums = 61,5 mm

IDDSI PLŪSMAS TESTA INSTRUKCIJAS

1. Noņemiet virzuli.	2. Nosedziet uzgali ar pirkstu un piepildiet 10 ml.	3. Atlaidiet uzgali un ieslēdziet taimerī.	4. Apstājieties pēc 10 sekundēm

4. līmenis Izmantojiet IDDSI dakšiņu pilināšanas un karotes noliekšanas testus.



1

NEDAUDZ BIEZS

Apraksts/ Īpašības	<ul style="list-style-type: none"> • Biezāks par ūdeni • Dzeršanai nepieciešams nedaudz vairāk piepūles, nekā neiebiezinātiem šķidrumiem • Plūst cauri salmiņam, šļircei, knupim • Līdzīgs tirdzniecībā visbiežāk pieejamo "Pretrergurgitācijas" mākslīgo maisījumu biežumam, kuri paredzēti zīdaiņiem
Šī biežuma līmeņa fizioloģiskais pamatojums	<ul style="list-style-type: none"> • Bieži lieto pediatrikajā populācijā kā sabiezinātu dzērienu, kas samazina plūsmas ātrumu, tomēr spēj plūst caur zīdaiņa knupi. Apsvērums par plūsmu caur knupi ir jānosaka katrā gadījumā atsevišķi. • Izmanto arī pieaugušo populācijā, kur šķidrie dzērieni plūst pārāk ātri, lai tos droši kontrolētu. Šie nedaudz iebiezinātie šķidrumi plūdis nedaudz lēnāk.

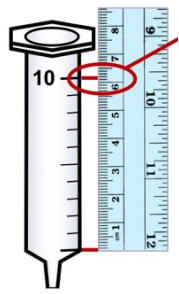
Lai gan ir sniegti apraksti, izmantojiet IDDSI testēšanas metodes, lai izlemtu, vai šķidrums atbilst IDDSI 1. līmenim.

Testēšanas metode

Skatīt arī *IDDSI Testing Methods* (IDDSI testēšanas metodes) dokumentu vai <https://iddsi.org/framework/drink-testing-methods/>

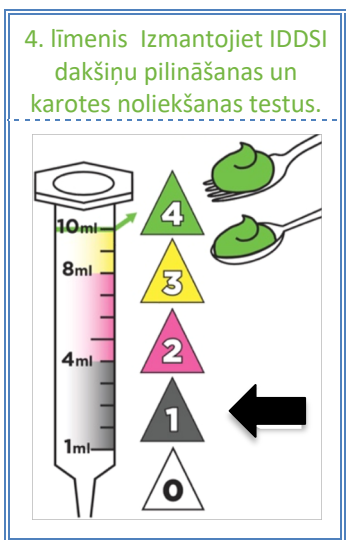
IDDSI Plūsmas tests*	<ul style="list-style-type: none"> • Testa šķidrums plūst caur 10 ml šļirci ar slīdošo galu, pēc 10 sekundēm šļircē atstājot 1-4 ml (skatiet IDDSI plūsmas testa norādījumus*)
-----------------------------	---

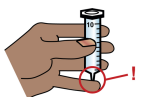

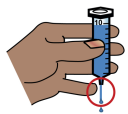
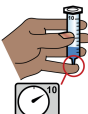
#Pirms testa...
 Jums jāpārbauda šļircs garums, jo šļircs garumā pastāv atšķirības. Jūsu šļircei vajadzētu izskatīties šādi.



10 ml skalas garums = 61,5 mm

4. līmenis Izmantojiet IDDSI dakšiņu pilināšanas un karotes noliekšanas testus.



			
<p>1. Noņemiet virzuli.</p>	<p>2. Nosedziet uzgali ar pirkstu un piepildiet 10 ml.</p>	<p>3. Atlaidiet uzgali un ieslēdziet taimerī.</p>	<p>4. Apstājieties pēc 10 sekundēm</p>

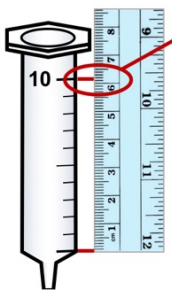
2

VIEGLI BIEZS

Apraksts/ Īpašības	<ul style="list-style-type: none"> • Plūst nost no karotes • Var dzert maziem malciņiem, ātri plūst nost no karotes, bet lēnāk nekā šķidrie dzērieni. • Lai izdzertu šādu biežumu caur standarta salmiņu, ir jāpieliek viegla piepūle (standarta salmiņš = 0,209 collas vai 5,3 mm diametrā)
Šī biežuma līmeņa fizioloģiskais pamatojums	<ul style="list-style-type: none"> • Ja šķidrie dzērieni plūst pārāk ātri, lai tos droši kontrolētu, šie viegli iebiezinātie šķidrums plūst nedaudz lēnāk • Var būt piemērots, ja mēles kontrole ir nedaudz samazināta.
<p>Lai gan ir sniegti apraksti, izmantojiet IDDSI testēšanas metodes, lai izlemtu, vai šķidrums atbilst IDDSI 2. līmenim.</p> <p>Testēšanas metode</p> <p>Skatīt arī <i>IDDSI Testing Methods</i> (IDDSI testēšanas metodes) dokumentu vai https://iddsi.org/framework/drink-testing-methods/</p>	
IDDSI Plūsmas tests*	<ul style="list-style-type: none"> • Testa šķidrums plūst caur 10 ml šļirci ar slīdošo galu, pēc 10 sekundēm šļircē atstājot 4 līdz 8 ml (skatiet IDDSI plūsmas testa norādījumus*)

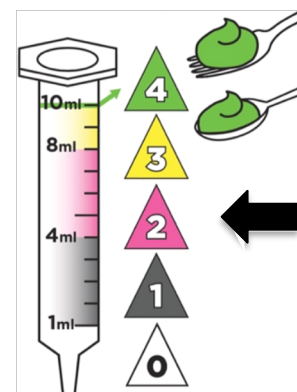
#Pirms testa...

Jums jāpārbauda šļirces garums, jo šļirces garumā pastāv atšķirības. Jūsu šļircei vajadzētu izskatīties šādi.



10 ml skalas garums = 61,5 mm

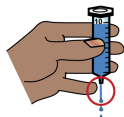
4. līmenis Izmantojiet IDDSI dakšiņu pilināšanas un karotes noliekšanas testus.



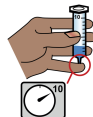
1. Noņemiet virzuli.



2. Nosedziet uzgali ar pirkstu un piepildiet 10 ml.



3. Atlaidiet uzgali un ieslēdziet taimeru.



4. Apstāties pēc 10 sekundēm



SAŠĶIDRINĀTS VIDĒJI BIEZS



Apraksts/ Īpašības	<ul style="list-style-type: none">• Var dzert no krūzes• Nepieciešama vidēja piepūle, lai izsūktu caur standarta salmiņu vai platu salmiņu (plats salmiņš = 0,275 collas vai 6,9 mm)• Nevar spiest, slāņot vai veidot uz šķīvja ar konditorejas maisiņu, jo tas nesaglabās savu formu.• Nevar būt ar dakšiņu, jo tas lēnām, nelielos daudzumos pil caur dakšiņas zariem• Var būt ar karoti• Nav nepieciešama apstrāde mutes dobumā vai košļāšana – var norīt uzreiz• Gluda tekstūra bez “gabaliņiem” (kunkuļiem, šķiedrām, čaumalām vai apvalka gabaliņiem, miziņas, skrimšļu vai kaula daļiņām)
Šī biežuma līmeņa fizioloģiskais pamatojums	<ul style="list-style-type: none">• Ja mēles kontrole ir nepietiekama, lai pārvaldītu <i>Viegli biezus</i> dzērienus (2. līmenis), šis <i>Sašķidrināts/Vidēji biezs</i> līmenis var būt piemērots• Dod vairāk laika mutes dobuma kontrolei• Nepieciešama neliela piepūle, veicot secīgas mēles priekšējās, vidējās un mugurējās daļas pacelšanas kustības• Sāpes rīšanas laikā

Lai gan ir sniegti apraksti, izmantojiet IDDSI testēšanas metodes, lai izlemtu, vai šķidrums atbilst IDDSI 3. līmenim.

Testēšanas metodes

Skatīt arī *IDDSI Testing Methods* (IDDSI testēšanas metodes) dokumentu vai

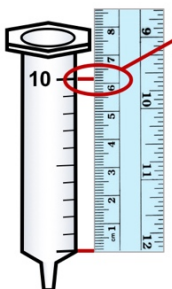
<https://iddsi.org/framework/drink-testing-methods/>

<https://iddsi.org/framework/food-testing-methods/>

IDDSI Plūsmas tests*	<ul style="list-style-type: none">• Testa šķidrums plūst caur 10 ml šļirci ar slīdošo galu, pēc 10 sekundēm šļircē atstājot > 8 ml (skatiet IDDSI plūsmas testa norādījumus*)
Dakšu pilēšanas tests	<ul style="list-style-type: none">• Lēnām, nelielos daudzumos pil caur dakšiņas zariem.• Kad dakšiņa tiek nospiesta uz 3. līmeņa <i>Vidēji biezas/Sašķidrinātas</i> pārtikas virsmas, dakšas zariņi neatstāj skaidru nospiedumu uz virsmas.• Izplūst, ja to izlej uz līdzenas virsmas
Karotes slīpuma tests	<ul style="list-style-type: none">• Viegli izlīst no karotes, kad tā ir noliekta; nelīp pie karotes
<i>Kur dakšas nav pieejamas</i> Irbulīša tests	<ul style="list-style-type: none">• Irbulīši šai tekstūrai nav piemēroti
<i>Kur dakšas nav pieejamas</i> Pirkstu tests	<ul style="list-style-type: none">• Šīs pārtikas tekstūras paraugu nav iespējams noturēt ar pirkstiem, tomēr šī tekstūra vienmērīgi un viegli slid starp īkšķi un pirkstiem, atstājot pārklājumu
Ēdiena specifika vai citi piemēri (NB. Šis saraksts nav pilnīgs)	<p>IDDSI 3. līmenī var ietilpt šādi vienumi:</p> <ul style="list-style-type: none">• Mazuļa “pirmā maltīte” (šķidra rīsu putra vai šķidrums augļu biezenis)• Dažas mērces, ko apstiprina IDDSI plūsmas tests• Daži sīrupi, ko apstiprina IDDSI plūsmas tests

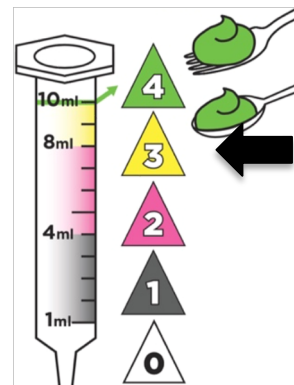
#Pirms testa...

Jums jāpārbauda šļirces garums, jo šļirces garumā pastāv atšķirības. Jūsu šļircei vajadzētu izskatīties šādi.



10 ml skalas garums = 61,5 mm

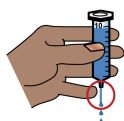
4. līmenis Izmantojiet IDDSI dakšiņu pilināšanas un karotes noliekšanas testus.



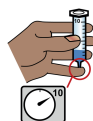
1. Noņemiet virzuli.



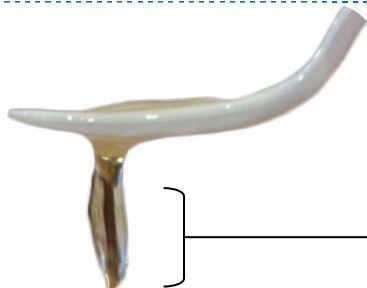
2. Nosedziet uzgali ar pirkstu un piepildiet 10 ml.



3. Atlaidiet uzgali un ieslēdziet taimeri.



4. Apstājieties pēc 10 sekundēm



SAŠĶIDRINĀTS
VIDĒJI BIEZS



Lēnām pilina nelielos daudzumos / pavedienos caur dakšiņas zariem.



BIEZENIS ĪPAŠI BIEZS



Apraksts/ Īpašības	<ul style="list-style-type: none">• Parasti ēd ar karoti (var izmantot arī dakšu)• Nevar dzert no krūzes, jo tas neplūst viegli• Nevar iesūkt caur salmiņu• Nav nepieciešama košļāšana• Var spiest, slāņot vai veidot ar konditorejas maisiņu, jo tas saglabā savu formu, taču <u>nevajadzētu</u> prasīt košļāšanu, ja tas tiek pasniegts šādā formā.• Veic ļoti lēnu kustību gravitācijas ietekmē, bet to nevar izliet.• Sasverot nokrīt no karotes vienā gabalā un turpina saglabāt formu uz šķīvja• Nav gabaliņu• <u>Nav lipīgs</u>• Šķidrums nedrīkst atdalīties no cietās vielas
Šī biežuma līmeņa fizioloģiskais pamatojums	<ul style="list-style-type: none">• Ja mēles kontrole ir ievērojami samazināta, šo kategoriju var būt visvieglāk kontrolēt• Nepieciešama mazāka piepūle, veicot secīgas mēles priekšējās, vidējās un mugurējās daļas pacelšanas kustības, nekā <i>Maltai un mitrai</i> (5. līmenis), <i>Mīkstai un kumosa lieluma</i> (6. līmenis) un <i>Parastajai un Parastajai / Viegli sakošļājamai</i> (7. līmenis), bet vairāk nekā <i>Sašķīdrinātai/vidēji biežai</i> (3. līmenis)• Nav nepieciešama nokošana vai košļāšana• Palielināts aplikums mutē un/vai rīklē ir risks, ja tas ir pārāk lipīgs.• Nav piemēroti nekādi ēdieni, kuriem nepieciešama košļāšana, kontrolētas manipulācijas vai bolusa veidošana• Sāpes košļājot vai norijot• Trūkstoši zobi, slikti pieguļošas zobu protēzes
<p>Lai gan ir sniegti apraksti, izmantojiet IDDSI testēšanas metodes, lai izlemtu, vai šķidrums atbilst IDDSI 4. līmenim.</p> <p>Testēšanas metodes</p> <p>Skatīt arī <i>IDDSI Testing Methods</i> (IDDSI testēšanas metodes) dokumentu vai https://iddsi.org/framework/drink-testing-methods/</p>	
IDDSI Plūsmas tests*	<ul style="list-style-type: none">• NAV ATTIECINĀMS IDDSI plūsmas tests nav piemērojams, lūdzu, izmantojiet dakšiņu pilināšanas un karotes noliekšanas testus.
Dakšas spiediena tests	<ul style="list-style-type: none">• Viendabīgs, bez gabaliņiem un minimālas granulācijas• Kad dakšiņa tiek nospiesta uz 4. līmeņa <i>Īpaši bieža /Biezeņa</i> ēdiena virsmas, dakšiņas zari var izveidot skaidru zīmējumu uz virsmas un/vai ēdiens saglabā iedobumu no dakšiņas.
Dakšu pilināšanas tests	<ul style="list-style-type: none">• Ēdiena paraugs veido kaudzi virs dakšiņas; neliels daudzums var izplūst cauri un izveidot īsu pavedienu zem dakšiņu zariem, bet tas neplūst vai nepilnībā pārtraukti cauri dakšiņu zariem (skatiet attēlu zemāk)

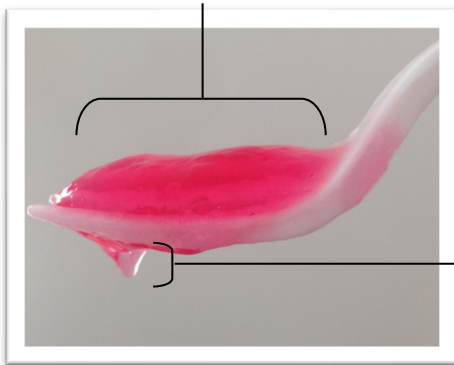
Karotes slīpuma tests	<ul style="list-style-type: none"> • Pietiekami viendabīgs, lai noturētu savu formu uz karotes • Pilnas karotes daudzumam jānokrīt no karotes, ja karote ir noliekta vai pagriezta uz sāniem; var būt nepieciešams ļoti maigs uzstiens (izmantojot tikai pirkstus un plaukstu locītavu), lai noņemtu paraugu no karotes, taču paraugam vajadzētu viegli noslīdēt, un uz karotes ir jāpaliek ļoti maz pārtikas. Plāna kārtā, kas paliek uz karotes pēc karotes noliekšanas testa, ir pieļaujama, tomēr karotei jāprojām vajadzētu būt redzamai caur plāno kārtu; t. i., paraugs <u>nedrīkst</u> būt stingrs un lipīgs • Uz plakana šķīvja var nedaudz izplūst vai ļoti lēni noslīdēt no tā
<i>Kur dakšas nav pieejamas</i> Irbulīša tests	<ul style="list-style-type: none"> • Irbulīši šai tekstūrai nav piemēroti
<i>Kur dakšas nav pieejamas</i> Pirkstu tests	<ul style="list-style-type: none"> • Šīs tekstūras paraugu var vienkārši turēt ar pirkstiem. Tekstūra vienmērīgi un viegli slīd starp pirkstiem un atstāj pamanāmu pārklājumu
Indikatori, ka paraugs ir pārāk biezs	<ul style="list-style-type: none"> • Nenokrīt no karotes to noliecot • Pielīp pie karotes

ĒDIENU SPECIFIKA VAI CITI PIEMĒRI

IDDSI 4. līmenim var būt piemērots šāds viens:

Zīdaiņiem piemēroti biezeņi (piem., gaļas biezeņi, biezas brokastu pārslas)

Veido kaudzi virs dakšiņas.

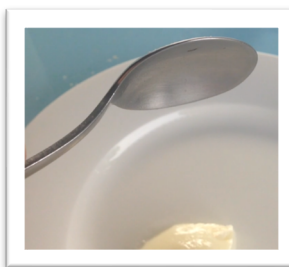
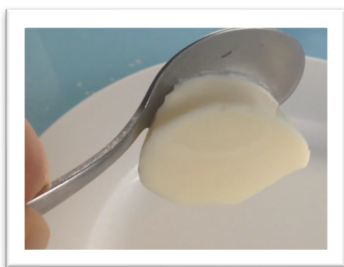
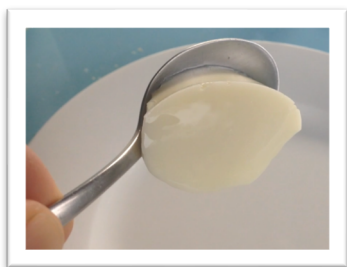


**BIEZENIS
ĪPAŠI BIEZS**



Neliels daudzums var izplūst cauri un izveidot īsu pavedienu zem dakšiņu zariem. Tas nepļūst vai nepiln nepārtraukti cauri dakšiņu zariem

Karotes noliekšanas tests Notur formu uz karotes; nav ciets un lipīgs; uz karotes palicis maz ēdiena

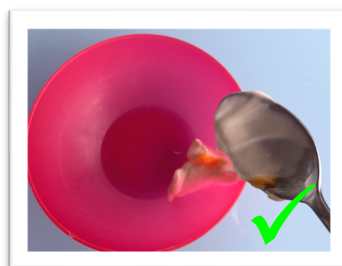
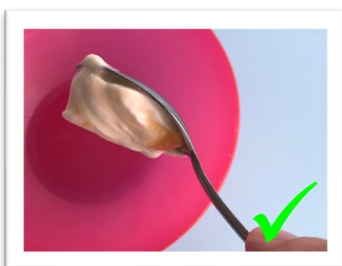
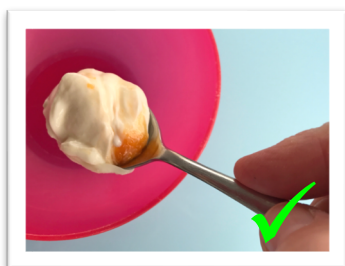


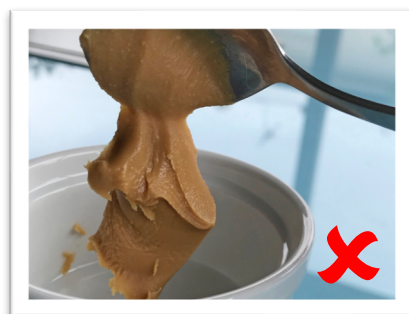
Šajos attēlos ir parādīti pārtikas produktu piemēri, kas būtu piemēroti vai nepiemēroti 4. līmenim saskaņā ar IDDSI karotes noliekšanas testu

Karotes noliekšanas tests DROŠS: Notur formu uz karotes; nav ciets un lipīgs; uz karotes palicis maz ēdiena



Karotes noliekšanas tests DROŠS: Notur formu uz karotes; nav ciets un lipīgs; uz karotes palicis maz ēdiena







MALTS UN MITRS



Apraksts/ Īpašības	<ul style="list-style-type: none">• Var būt ar karoti vai dakšu• Dažos gadījumos var būt ar irbulīšiem, ja indivīdam ir ļoti laba roku kontrole• Var velt un veidot (piemēram, lodīšu formā) uz šķīvja• Mīksts un mitrs, bez atsevišķa šķidruma• Ēdienā redzami nelieli gabaliņi<ul style="list-style-type: none">➢ <i>Pediatriskajiem pacientiem, vienāds vai mazāks par 2 mm platumā un ne garāks par 8 mm</i>➢ <i>Pieaugušajiem, vienāds vai mazāks par 4 mm platumā un ne garāks par 15 mm</i>• Gabaliņus ir viegli saspiest ar mēli
Šī biežuma līmeņa fizioloģiskais pamatojums	<ul style="list-style-type: none">• Košana nav nepieciešama• Nepieciešama minimāla košļāšana• Lai atdalītu mīkstās, mazās daļiņas šajā tekstūrā, var izmantot tikai mēles spēku• Lai pārvietotu bolusu, ir nepieciešams mēles spēks• Sāpes vai nogurums košļājot• Trūkstoši zobi, slikti pieguļošas zobu protēzes
<p>Lai gan ir sniegti apraksti, izmantojiet IDDSI testēšanas metodes, lai izlemtu, vai šķidrums atbilst IDDSI 5. līmenim.</p> <p>Testēšanas metodes</p> <p>Skatīt arī <i>IDDSI Testing Methods</i> (IDDSI testēšanas metodes) dokumentu vai https://iddsi.org/framework/drink-testing-methods/</p>	
Dakšīgas spiediena tests	<ul style="list-style-type: none">• Nospiežot ar dakšīgu, daļiņām jābūt viegli atdalāmām un jānāk cauri dakšīgas zariem• Var viegli saspiest biezeni ar nelielu dakšas spiedienu [spiedienam <u>nevajadzētu</u> likt īkšķa nagam nobālēt]
Dakšīgu pilināšanas tests	<ul style="list-style-type: none">• Kad paraugu paņem ar dakšīgu, tas veido kaudzi vai var uzkrāties uz dakšīgas un viegli vai pilnībā nemaz neplūst vai neizkrīt cauri dakšīgas zariem
Karotes noliekšanas tests	<ul style="list-style-type: none">• Pietiekami viendabīgs, lai noturētu savu formu uz karotes• Pilnai karotei ēdiena parauga jānoslīd/jānokrīt no karotes, ja karote ir sasvērta vai pagriezta uz sāniem vai viegli pakratīta; paraugam viegli jānoslīd, uz karotes atstājot ļoti maz ēdiena; t.i., paraugs <u>nedrīkst</u> būt lipīgs• Uz šķīvja servēta porcija var ļoti nedaudz izplūst vai noslīdēt no šķīvja
<i>Kur dakšīgas nav pieejamas</i> Irbulīša tests	<ul style="list-style-type: none">• Irbulīšus var izmantot, lai paņemtu vai noturētu šo tekstūru, ja paraugs ir mitrs un viendabīgs <i>un</i> cilvēkam ir ļoti laba rokas kontrole, lai lietotu irbulīšus.

Kur dakšīņas nav pieejamas
Pirkstu tests

- Šīs tekstūras paraugu ir iespējams viegli turēt, izmantojot pirkstus; mazas, mīkstas, viendabīgas, noapaļotas daļiņas var viegli atdalīt ar pirkstiem. Materiāls pēc taustes būs mitrs un atstās pirkstus slapjus.

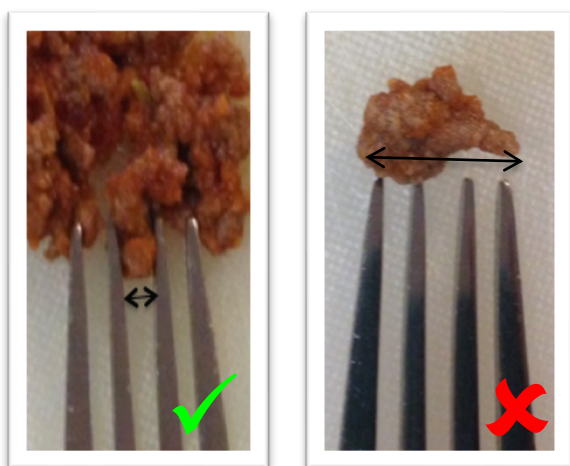
ĒDIENU SPECIFIKA VAI CITI PIEMĒRI <https://iddsi.org/framework/food-testing-methods/>

GAĻA

- Smalki malta* vai sasmalcināta*, mīksta malta gaļa
 - Bērniem, vienāds vai mazāks par 2 mm platumā un ne garāks par 8 mm
 - Pieaugušajiem, vienāds vai mazāks par 4 mm platumā un ne garāks par 15 mm
- Pasniedziet maigā, mēreni vai ļoti biežā, viendabīgā mērcē, notecinot lieko.

* Ja tekstūru nevar smalki samalt, to vajadzētu sabiezināt biezeņa konsistencē

Izmantojiet vietu starp dakšīņu zariem (4 mm), lai noteiktu, vai maltie gabali ir pareizā vai nepareizā izmēra.



ZIVIS

- Smalki sasmalcina maigā, mēreni vai ļoti biežā, viendabīgā mērcē, notecinot lieko.
 - Bērniem, vienāds vai mazāks par 2 mm platumā un ne garāks par 8 mm
 - Pieaugušajiem, vienāds vai mazāks par 4 mm platumā un ne garāks par 15 mm

Piezīme. Prasības gabaliņu izmēram visiem 5. līmeņa maltas un mitras pārtikas produktiem:

- Bērniem, vienāds vai mazāks par 2 mm platumā un ne garāks par 8 mm
- Pieaugušajiem, vienāds vai mazāks par 4 mm platumā un ne garāks par 15 mm

AUGĻI

- Pasniedziet smalki maltu vai sasmalcinātu, vai biezeni
- Noteciniet lieko sulu
- Ja nepieciešams, pasniedziet maigi, mēreni vai ļoti biežā, viendabīgā mērcē UN noteciniet lieko šķidrumu.
Nekāds šķidrums nedrīkst atdalīties no pārtikas
 - Bērniem, vienāds vai mazāks par 2 mm platumā un ne garāks par 8 mm
 - Pieaugušajiem, vienāds vai mazāks par 4 mm platumā un ne garāks par 15 mm

DĀRZEŅI

- Pasniedziet smalki maltu vai sasmalcinātu, vai biezeni
- Noteciniet jebkuru šķidrumu
- Ja vajag, pasniedziet maigi, mēreni vai ļoti biežā, viendabīgā mērcē UN nolejiet lieko šķidrumu. Nekāds šķidrums nedrīkst atdalīties no pārtikas
 - *Bērniem, vienāds vai mazāks par 2 mm platumā un ne garāks par 8 mm*
 - *Pieaugušajiem, vienāds vai mazāks par 4 mm platumā un ne garāks par 15 mm*

PĀRSLAS

- Biezas un viendabīgas ar maziem mīkstiemi gabaliņiem
 - *Bērniem, vienāds vai mazāks par 2 mm platumā un ne garāks par 8 mm*
 - *Pieaugušajiem, vienāds vai mazāks par 4 mm platumā un ne garāks par 15 mm*
- Tekstūra ir pilnībā mīksta
- Piens/šķidrums nedrīkst atdalīties no pārslām. Nolejiet jebkuru lieko šķidrumu pirms pasniegšanas

MAIZE

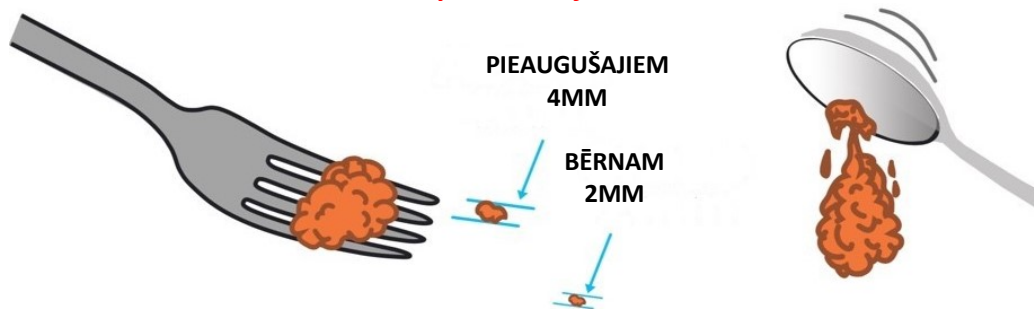
- Pie šī līmeņa nepieder parasta, sausa maize, sviestmaizes vai grauzdiņi
- Izmantojiet IDDSI 5. līmeņa *Maltās un mitrās* sviestmaizes receptes video <https://www.youtube.com/watch?v=W7bOufqzmz18>
- Iepriekš izmērcēta maize, kas ir ļoti mitra un visā biežumā pārklāta ar želeju.



RĪSI, KUSKUSS, KVINOJA (un līdzīgas pārtikas tekstūras)

- Nav lipīgs
- Gatavojot un pasniedzot, nedrīkst būt daļiņas vai atdalīties atsevišķi graudi
- Pasniedziet ar viendabīgu viegli, vidēji vai ļoti biezu mērci UN mērce nedrīkst atdalīties no rīsiem, kuskusa, kvinojas (un līdzīgām pārtikas tekstūrām). Noteciniet lieko šķidrumu pirms pasniegšanas

Maltai un mitrai pārtikai ir jāiztur visi trīs testi!



IDDSI dakšiņas tests

Bērniem, vienāds vai mazāks par 2 mm platumā un ne garāks par 8 mm

Pieaugušajiem, vienāds vai mazāks par 4 mm platumā un ne garāks par 15 mm

+

Pietiekami mīksts, lai to viegli saspiestu ar dakšiņu vai karoti

Nav nepieciešams, lai iekšā nags kļūtu balts

+

IDDSI Karotes noliekšanas tests

Paraugs saglabā savu formu uz karotes un diezgan viegli nokrīt, ja karote tiek sasvērta vai tai viegli uzsit

Paraugs nedrīkst būt stingrs vai lipīgs.

Šis IDDSI ietvars un identifikatori ir licencēti saskaņā ar
Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 starptautisko licenci
<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>

IDDSI 2.0 | 2019. gada jūlijs

4 mm ir aptuvenā sprauga
starp standarta pusdienu
dakšīnas zariem



MĪKSTS UN KUMOSA LIELUMA



Apraksts/ Īpašības	<ul style="list-style-type: none">• Var ēst ar dakšīnu, karoti vai irbulīšiem• Var sasmalcināt ar spiedienu no dakšīņas, karotes vai irbulīšiem• Lai sagrieztu šo ēdienu, nav nepieciešams nazis, taču to var izmantot, lai piepildītu dakšīņu vai karoti• Mīksts, maigs un mitrs, bet bez atsevišķa šķidrums• Pirms norīšanas ir nepieciešams sakošļāt• “Kumosa lieluma” gabali atbilstoši izmēram un mutes dobuma apstrādes prasmēm<ul style="list-style-type: none">➢ <i>Bērniem, 8 mm gabali (ne lielāki par)</i>➢ <i>Pieaugušajiem, 15 mm = 1,5 cm gabali (ne lielāki par)</i>
Šī biezuma līmeņa fizioloģiskais pamatojums	<ul style="list-style-type: none">• Nokošana nav nepieciešama• Nepieciešama košļāšana• Pārtikas gabalu izmēri paredzēti, lai samazinātu aizrīšanās risku• Mēles spēks un kontrole ir nepieciešama, lai pārvietotu pārtiku un noturētu to mutes dobumā košļāšanai un apstrādei• Lai pārvietotu bolusu norīšanai, ir nepieciešams mēles spēks• Sāpes vai nogurums košļājot• Trūkstoši zobi, slikti pieguļošas zobu protēzes
<p>Lai gan ir sniegti apraksti, izmantojiet IDDSI testēšanas metodes, lai izlemtu, vai šķidrums atbilst IDDSI 6. līmenim.</p> <p>Testēšanas metodes</p> <p>Skatīt arī <i>IDDSI Testing Methods</i> (IDDSI testēšanas metodes) dokumentu vai https://iddsi.org/framework/drink-testing-methods/</p>	
Dakšīņas spiediena tests	<ul style="list-style-type: none">• Spiedienu no dakšīņas, kas turēta uz sāniem, var izmantot, lai šo tekstūru “sagrieztu” vai sadalītu mazākos gabaliņos.• Kad īkšķa naga izmēra (1,5 x 1,5 cm) paraugu ar dakšīņas zariem piespiež līdz tādām spiedienam, ka īkšķa nags kļūst balts, paraugs saspiežas, sadalās, maina formu un neieņem sākotnējo formu, kad dakša ir noņemta.
Karotes spiediena tests	<ul style="list-style-type: none">• Spiedienu no karotes, kas turēta uz sāniem, var izmantot, lai šo tekstūru “sagrieztu” vai sadalītu mazākos gabaliņos.• Nospiežot ar karotes pamatni īkšķa naga izmēra paraugu (1,5 x 1,5 cm), paraugs saspiežas, sadalās, maina formu un pēc karotes noņemšanas neieņem sākotnējo formu.
<i>Kur dakšas nav pieejamas</i> Irbulīša tests	<ul style="list-style-type: none">• Irbulīšus var izmantot, lai sadalītu šo tekstūru mazākos gabaliņos vai caurdurtu ēdienu.
<i>Kur dakšas nav pieejamas</i> Pirkstu tests	<ul style="list-style-type: none">• Izmantojiet paraugu īkšķa naga izmērā (1,5 cm x 1,5 cm). Šis tekstūras paraugu var saspiegt, izmantojot pirkstu spiedienu tā, lai īkšķa un rādītājpirksta nagi kļūst balti. Paraugs sadalās un neieņem sākotnējo formu, kad spiediens ir izbeigts.

ĒDIENU SPECIFIKA VAI CITI PIEMĒRI

GAĻA

- Termiski apstrādāta, maiga gaļa ne lielāka par
 - *Bērniem, 8mm gabali*
 - *Pieaugušajiem, 15 mm = 1,5 x 1,5 cm gabali*
 - Ja tekstūru nevar pasniegt mīkstu un maigu 1,5 x 1,5 cm (kā apstiprināts ar dakšiņas/karotes spiediena testu), pasniedziet maltu un mitru.

Piezīme. Prasības attiecībā uz pārtikas produktu izmēru visiem 6. līmeņa ēdieniem, kas ir *Mīksti un kumosa lieluma*:

- **Bērniem, 8mm gabali**
- **Pieaugušajiem, 15mm = 1.5cm**

ZIVIS

- Mīksta, termiski apstrādāta zivs, kuru var sadalīt mazos gabaliņos ar dakšiņu, karoti vai irbulīšiem, kas nav lielāki par
 - *Bērniem, 8mm gabali*
 - *Pieaugušajiem, 15 mm = 1,5 cm gabali*
- Nav kaulu vai stingras ādas

SACEPUMS/SAUTĒJUMS/KARIJS

- Šķidrājam daļai (piemēram., mērcei) jābūt biežai (atbilstoši ārsta ieteikumiem)
- Var saturēt gaļu, zivis vai dārzeņus, ja gatavie gabali ir mīksti un maigi un nav lielāki par
 - *Bērniem, 8mm gabali*
 - *Pieaugušiem, 15 mm = 1,5 cm gabali*
- Nav cietu kunkuļu

AUGĻI

- Pasniedziet maltus vai biezenī, ja tos nevar sagriezt mīkstos un kumosa lieluma gabaliņos
 - *Bērniem, 8mm gabali*
 - *Pieaugušiem, 15 mm = 1,5 cm gabali*
- Šķiedrainās augļu daļas nav atbilstošas šim līmenim
- Noteciniet lieko sulu
- Novērtējiet individuālās spējas pārvaldīt augļus ar lielu šķidruma saturu (piemēram, arbūzu), kur sula košļāšanas laikā mutē atdalās no cietās vielas.

DĀRZEŅI

- Tvaicēti vai vārīti dārzeņi ar galīgo izmēru pagatavotā veidā
 - *Bērniem, 8mm gabali*
 - *Pieaugušiem, 15 mm = 1,5 cm gabali*
- Cepti dārzeņi var būt pārāk stingri un nav mīksti vai maigi. Pārbaudiet mīkstumumu ar dakšiņas/karotes spiediena testu

PĀRSLAS

- Viendabīgas ar mīkstiem, maigiem kunkuļiem, kas nav lielāki par
 - *Bērniem, 8mm gabali*
 - *Pieaugušiem, 15 mm = 1,5 cm gabali*
- Tekstūra pilnībā mīksta
- Jebkurš piena vai šķidrums pārpalikums ir jānotecina un/vai jāsabiezina līdz ārsta ieteiktajam biežumam

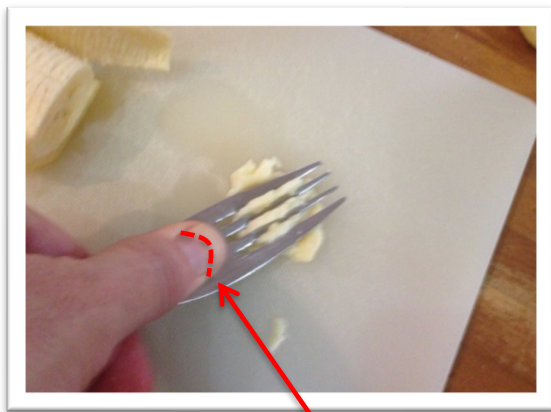
MAIZE

- Pie šī līmeņa nepieder parasta, sausa maize, sviestmaizes vai grauzdiņi
- Izmantojiet IDDSI 5. līmeņa *Maltās un mitrās* sviestmaizes receptes video, lai pagatavotu maizi un pievienotu tai pildījumu, kas atbilst 6. līmeņa *Mīksts un kumosa lieluma* prasībām.
<https://www.youtube.com/watch?v=W7bOufqz18>
- Iepriekš izmērcēta maize, kas ir ļoti mitra un visā biežumā pārklāta ar želeju.



RĪSI, KUSKUSS, KVINOJA (un līdzīgas pārtikas tekstūras)

- Nav daļiņu, nav graudains vai lipīgs



Īkšķa naga gals piespiežot
kļūst balts



Paraugš saspiežas un neieņem
sākotnējo formu, kad spiediens tiek
pārtraukts



*Pārtikas gabali, kas nav
lielāki par 8mm x 8mm
bērniem*



*Pārtikas gabali, kas nav
lielāki par
1.5cm x 1.5cm (kumosa
lielums)
pieaugušajiem*

**Mīkstum un kumosa
lieluma ēdienam ir jāiztur
gan
ēdiena gabalu izmēra, gan
mīkstum testi!**



*Īkšķa naga gals piespiežot
kļūst balts. Paraugs saspiežas
un neieņem sākotnējo formu,
kad spiediens tiek pārtraukts*



VIEGLI SAKOŠĻĀJAMS



Apraksts/ Īpašības

- Parastie ikdienas ēdieni tikai ar mīkstu/maigu tekstūru, kas ir atbilstoši attīstībai un vecumam.
- Šo ēdienu ēšanai var izmantot jebkuru metodi
- 7. līmenī parauga lielums nav ierobežots, tāpēc pārtikas produkti var būt dažāda izmēra
 - Gabali mazāki vai lielāki par 8 mm (bērniem)
 - Gabali mazāki vai lielāki par 15 mm = 1.5 cm (pieaugušiem)
- Neietver: cietus, sīkstus, košļājamus, šķiedrainus, stīgainus, kraukšķīgus vai drupenus gabaliņus, kauliņus, sēklas, šķiedrveida augļu daļas, čaumalas vai kaulus
- Var ietvert “dubultkonsistences” vai “jauktas konsistences” pārtiku un šķidrumus — ja tie ir droši arī 0. līmenim un atbilst ārsta rekomendācijām. Ja tas nav drošs 0. līmenim *Šķidrums*, šķidro daļu var sabiezināt līdz ārsta ieteiktajam biezuma līmenim

<p>Šī biežuma līmeņa fizioloģiskais pamatojums</p>	<ul style="list-style-type: none"> Nepieciešama spēja nokost mīkstus ēdienus, košļāt un mutē apstrādāt pārtiku pietiekami ilgi, lai cilvēks izveidotu mīkstu, viendabīgu bumbiņu/bolusu, kas ir “norīšanai gatavs”. Nav obligāti nepieciešami zobi. Nepieciešama spēja košļāt un mutē apstrādāt mīkstus/maigus ēdienus, viegli nenogurstot Var būt piemērots cilvēkiem, kuriem ir grūti vai sāpīgi sakošļāt un norīt cietu un/vai košļājamu pārtiku. Šis līmenis var radīt aizrīšanās risku cilvēkiem ar klīniski konstatētu paaugstinātu aizrīšanās risku, jo pārtikas gabali var būt <i>jebkura</i> izmēra. Ierobežojot pārtikas gabalu izmērus, tiek samazināts aizrīšanās risks (piemēram, 4. līmeņa <i>Biezenis</i>, 5. līmeņa <i>Malts un mitrs</i>, 6. līmeņa <i>Mīksts un kumosa lieluma</i> ēdieniem ir pārtikas gabalu izmēra ierobežojumi, lai samazinātu aizrīšanās risku). Šo līmeni var izmantot kvalificēti ārsti attīstības veicināšanai vai pārejai uz pārtikas produktiem, kuriem nepieciešamas sarežģītākas košļāšanas prasmes. Ja personai ir nepieciešama uzraudzība, lai varētu droši ēst, pirms šī tekstūras līmeņa lietošanas konsultējieties ar kvalificētu ārstu, lai noteiktu šīs personas pārtikas tekstūras vajadzības, un plānotu ēdienreizes drošības apsvērumu dēļ <ul style="list-style-type: none"> Cilvēkiem var būt nedroši ēst bez pārraudzības košļāšanas un rīšanas problēmu un/vai dēļ nedrošas uzvedības ēdienreizes laikā. Nedrošas uzvedības piemēri ēdienreizes laikā ir: nepietiekamas košļāšanas prasmes, pārāk daudz ēdiena ievietošana mutē, pārāk ātra ēšana vai pārāk lielu ēdiena kumosu norīšana, nespēja pašam kontrolēt košļāšanas spējas. Ir jākonsultējas ar ārstiem, lai saņemtu konkrētus padomus par pacientu vajadzībām, lūgumiem un rekomendācijām pārraudzības gadījumā. Ja ir nepieciešama pārraudzība ēdienreizes laikā, šo līmeni drīkst izmantot tikai saskaņā ar kvalificēta ārsta striktām rekomendācijām un rakstiskiem norādījumiem.
---	--

Lai gan ir sniegti apraksti, izmantojiet IDDSI testēšanas metodes, lai izlemtu, vai ēdiens atbilst IDDSI 7. līmenim *Viegli sakošļājams*.

Testēšanas metodes

Skatīt arī *IDDSI Testing Methods* (IDDSI testēšanas metodes) dokumentu vai <https://iddsi.org/framework/drink-testing-methods/>

<p>Dakšiņas spiediena tests*</p>	<ul style="list-style-type: none"> Spiedienu no dakšiņas, kas turēta uz sāniem, var izmantot, lai šo tekstūru “sagrieztu” vai sadalītu mazākos gabaliņos. Kad īkšķa naga izmēra (1,5 x 1,5 cm) paraugu ar dakšiņas zariem piespiež līdz tādām spiedienam, ka īkšķa nags kļūst balts, paraugs saspiežas, sadalās, maina formu un neieņem sākotnējo formu, kad dakša ir noņemta.
<p>Karotes spiediena tests</p>	<ul style="list-style-type: none"> Spiedienu no karotes, kas turēta uz sāniem, var izmantot, lai šo tekstūru “sagrieztu” vai sadalītu mazākos gabaliņos. Kad īkšķa naga izmēra (1,5 x 1,5 cm) paraugu ar karotes pamatni piespiež līdz tādām spiedienam, ka īkšķa nags kļūst balts, paraugs saspiežas, sadalās, maina formu un neieņem sākotnējo formu, kad dakša ir noņemta.
<p><i>Kur dakšas nav pieejamas</i> Irbulīša tests</p>	<ul style="list-style-type: none"> Šis tekstūras caurduršanai var izmantot irbulīšus

Kur dakšas nav pieejamas
Pirkstu tests

- Izmantojiet paraugu īkšķa naga izmērā (1,5 cm x 1,5 cm). Šis tekstūras paraugu var saspiest, izmantojot pirkstu spiedienu tā, lai īkšķa un rādītājpirksta nagi kļūst balti. Paraugš saspiežas, sadalās un neieņem sākotnējo formu, kad spiediens ir izbeigts.

ĒDIENU SPECIFIKA VAI CITI PIEMĒRI

GAĻA

- Pagatavota līdz mīkstum stāvoklim.
- Ja tekstūru nevar pasniegt mīkstu un maigu, pasniedziet maltu un mitru

ZIVIS

- Pietiekami mīksta termiski apstrādāta zivs, lai to būtu iespējams sadalīt mazos gabaliņos ar dakšiņas malu, karoti vai irbulīšiem

SACEPUMS/SAUTĒJUMS/KARIJS

- Var saturēt gaļu, zivis, dārzeņus vai to kombinācijas, ja gatavie gabali ir mīksti un maigi
- Pasniedziet maigi, mēreni vai ļoti biežā mērcē UN noteciniet lieko šķidrumu
- Nav cietu kunkuļu

AUGĻI

- Pietiekami mīksti, lai tos ar dakšiņas vai karotes malu varētu sadalīt mazākos gabaliņos. Šim līmenim neatbilst augļa šķiedrainās daļas (piemēram, apelsīna baltā daļa).

DĀRZEŅI

- Tvaicējiet vai vāriet dārzeņus, līdz tie ir mīksti. Cepti dārzeņi šim līmenim var būt pārāk stingri. Pārbaudiet mīkstum ar dakšiņas/karotes spiediena testu

PĀRSLAS

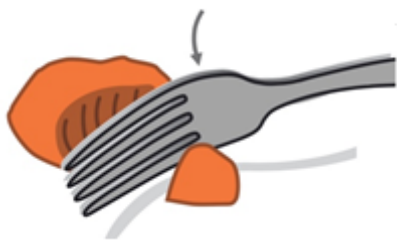
- Pasniedz ar mīkstinātu tekstūru
- Noteciniet lieko pienu vai šķidrumu un/vai sabiezīniet līdz ārsta ieteiktajam biežumam

MAIZE

- Pēc ārsta rekomendācijām var nodrošināt maizi, sviestmaizes un grauzdiņus, ko var sagriezt vai sadalīt mazākos gabaliņos ar dakšiņas vai karotes malu.

RĪSI, KUSKUSS, KVINOJA (un līdzīgas pārtikas tekstūras)

- Nav īpašu norādījumu



Ēdienam viegli jāsadalās ar dakšiņas vai karotes malu

Viegli sakošļājamai pārtikai ir viegli jāsadalās ar dakšiņas vai karotes malu un jāiztur dakšiņas spiediena tests!



Lai pārlicinātos, ka ēdiens ir pietiekami mīksts, uzspiediet uz dakšiņas līdz īkšķa naga gals kļūst balts, tad paceliet dakšīnu, lai

pārliecinātos, ka ēdiens ir pilnībā saspiests un neatgūst iepriekšējo formu.





PARASTS



Apraksts/ Īpašības

Šajā līmenī tekstūras ierobežojumu NAV

- Normāli ikdienas ēdieni ar dažādām tekstūrām, kas ir atbilstoši attīstībai un vecumam.
- Šo ēdienu ēšanai var izmantot jebkuru metodi
- Ēdieni var būt cieti un kraukšķīgi vai dabiski mīksti.
- 7. līmenī parauga lielums nav ierobežots, tāpēc pārtikas produkti var būt dažāda izmēra
 - Gabali mazāki vai lielāki par 8 mm (bērniem)
 - Gabali mazāki vai lielāki par 15 mm = 1.5 cm (pieaugušajiem)
- Ietver cietus, sīkstus, košļājamus, šķiedrainus, stīgainus, kraukšķīgus vai drupenus gabaliņus.
- Ietver pārtiku, kas satur kauliņus, sēklas, mizas iekšpusi, čaumalas vai kaulus.
- Ietver “dubultkonsistences” vai “jauktas konsistences” pārtikas produktus un šķidrumus

Šī biežuma līmeņa fizioloģiskais pamatojums

- Spēja nokost cietus vai mīkstus ēdienus un košļāt tos pietiekami ilgi, lai tie veidotu mīkstu, viendabīgu bumbiņu/bolusu, kas ir “norīšanai gatavs”.
- Spēja sakošļāt visas ēdiena tekstūras, viegli nenogurstot
- Spēja noņemt kaulus vai skrimsli, ko nevar droši norīt

Testēšanas metode

- Nav attiecināms

PĀREJAS ĒDIENI



Apraksts/ Īpašības	<ul style="list-style-type: none">• Ēdieni, kas sākas kā viena tekstūra (piemēram, cieta viela) un mainās uz citu tekstūru, īpaši, ja tiek pievienots mitrums (piemēram, ūdens vai siekalas) vai, kad notiek temperatūras maiņa (piemēram, karsēšana).
Šī biežuma līmeņa fizioloģiskais pamatojums	<ul style="list-style-type: none">• Nokošana nav nepieciešama• Nepieciešama minimāla košļāšana• Lai sadalītu ēdienus, kuri apstrādāti, mainot temperatūru vai pievienojot mitrumu/siekalas, var izmantot mēli <p>➤ Var izmantot košļāšanas prasmju attīstīšanai vai rehabilitācijai (piemēram, košļāšanas attīstība pediātriskajā populācijā un populācijā ar attīstības traucējumiem; košļāšanas funkcijas rehabilitācija pēc insulta)</p>

Lai gan ir sniegti apraksti, izmantojiet IDDSI testēšanas metodes, lai izlemtu, vai pārtika atbilst "Pārejas pārtikas" prasībām.

TESTĒŠANAS METODES

Skatīt arī *IDDSI Testing Methods* (IDDSI testēšanas metodes) dokumentu vai <https://iddsi.org/framework/drink-testing-methods/>

Dakšīņas spiediena tests	<ul style="list-style-type: none">• Pēc mitruma vai temperatūras pielietošanas paraugu var viegli deformēt un tas pēc tam neatgūst formu.• Izmantojiet paraugu ikšķa naga izmērā (1,5 cm x 1,5 cm), uzlejiet paraugam 1 ml ūdens un pagaidiet vienu minūti. Piespiediet dakšīņu, izmantojot dakšīņas zarus, līdz ikšķa nags kļūst balts. Paraugam ir pārejas pārtikas tekstūra, ja pēc dakšīņas spiediena noņemšanas:<ul style="list-style-type: none">• Paraugs ir saspīests un sadalījies un vairs neizskatās pēc tā, kāds tas bija sākotnējā stāvoklī• Vai arī tas ir ievērojami izkūsis un vairs neizskatās pēc tā, kāds tas bija sākotnējā stāvoklī (piemēram, ledus gabaliņi).
Karotes spiediena tests	<ul style="list-style-type: none">• Kā iepriekš, dakšīņas vietā izmantojot karotes pamatni.
<i>Kur dakšīņas nav pieejamas</i> Irbulīša tests	<ul style="list-style-type: none">• Izmantojiet paraugu ikšķa naga lielumā (1,5 cm x 1,5 cm), uzlejiet paraugam 1 ml ūdens un pagaidiet vienu minūti. Paraugu var viegli sadalīt, izmantojot irbulīšus ar minimālu spiedienu.
<i>Kur dakšīņas nav pieejamas</i> Pirkstu tests	<ul style="list-style-type: none">• Izmantojiet paraugu ikšķa naga lielumā (1,5 cm x 1,5 cm), uzlejiet paraugam 1 ml ūdens un pagaidiet vienu minūti. Paraugs pilnībā sadalās, berzējot paraugu starp ikšķi un rādītājpirkstu. Paraugs neieņems sākotnējo formu

ĒDIENU SPECIFIKA VAI CITI PIEMĒRI

IDDSI *Pārejas ēdieni* var ietvert, bet neaprobežojas ar:

- Ledus gabaliņi
- Saldējums/šerbets, ja disfāģijas speciālists to ir atzinis par piemērotu
- Japāņu disfāģijas treniņu želeja šķēlēs 1 mm x 15 mm
- Vafeles (iekļauta arī maize, ko lieto svētajā vakarēdienā (Dievmaize))
- Vafeļu konusi, ko izmanto saldējuma turēšanai
- Daži cepumi/ biskvīts/ krekeri
- Daži kartupeļu čipsi – tikai tie, kas izgatavoti vai veidoti no kartupeļu biezeņa (piemēram, *Pringles*)
- Smilšu mīklas kūkas
- Garneļu čipsi

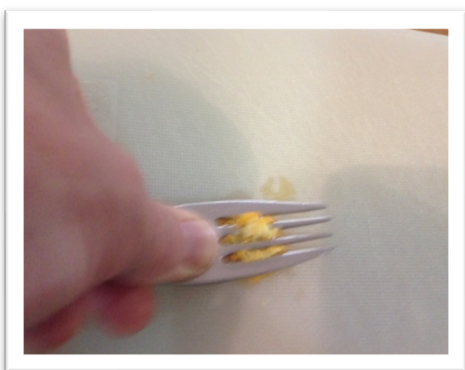
Īpaši piemēri, ko izmanto bērnu vai pieaugušo disfāģijas izraisītas nespējas pārvaldīšanā

Komerčiāli pieejami pārtikas produkti, kas ir *Pārejas ēdiena* tekstūras, ietver, bet neaprobežojas ar:

- Veggie Stix™
- Cheeto Puffs™
- Rice Puffs™
- Baby Mum Mums™
- Gerber Graduate Puffs™

Atsevišķu ražotāju produktu pieminēšana nenozīmē, ka tie ir apstiprināti vai ieteikti kā pirmā izvēle, dodot tiem priekšroku pāri citiem, līdzīga veida produktiem, kas šeit nav minēti.

- Paraugam uzlejiet 1 ml ūdens.
- Pagaidiet 1 minūti



Īkšņa nags kļūst balts

PĀREJAS ĒDIENI



Paraugšsaspiežas, izjūk un neieņem sākotnējo formu, kad spiediens tiek pārtraukts

ĒDIENA TEKSTŪRAS, KAS RADA AIZRĪŠANĀS RISKU



Piemēri ir ņemti no starptautiskajiem autopsijas ziņojumiem

Cietas vai sausas tekstūras rada aizrīšanās risku, jo nepieciešama laba košļāšanas spēja, lai sašķeļoties un sajaucoties ar siekalām, tās būtu pietiekami mitras un drošas norīšanai.
Cietu vai sausu tekstūru piemēri: rieksti, neapstrādāti burkāni, kraukšķīgi, cieti uz kodu rullīši ar garozu.

Šķiedrainas vai stringras tekstūras rada aizrīšanās risku, jo ir nepieciešama laba un ilgstoša košļāšanas spēja, lai ēdienu sadalītu pietiekami mazos gabaliņos, kurus ir droši norīt.
Šķiedrainu vai stingru tekstūru piemēri: steiks, ananāsi

Ilgstoši košļājamās tekstūras rada aizrīšanās risku, jo tās ir lipīgas un var pielipt pie cietajām aukslējām, zobiem vai vaigiem un iekļūt elpceļos.
Košļājamo tekstūru piemēri: konfektes/cukurgailīši/saldumi, siera gabaliņi, zefīri, košļājamā gumija, lipīgs kartupeļu biezenis

Kraukšķīgas, trauslas tekstūras rada aizrīšanās risku, jo nepieciešama laba košļāšanas spēja, lai tās sašķeltu un sajauktu ar siekalām, padarot tās mīkstas un pietiekami mitras, lai būtu droši norīt.
Kraukšķīgu, trauslu tekstūru piemēri: kraukšķīgs bekons, dažas sausas pārslas

Kraukšķīgas, stingras tekstūras rada aizrīšanās risku, jo nepieciešama laba un ilgstoša spēja košļāt, lai tās sadalītu pietiekami mazos gabaliņos un sajauktu ar siekalām, lai tās ir droši norīt.
Kraukšķīgu, stingru tekstūru piemēri: neapstrādāts burkāns, neapstrādāts ābols, popkorns

Asas vai smailas tekstūras rada aizrīšanās risku, jo ir nepieciešama laba košļāšanas spēja, lai tās sadalītu pietiekami mazos, mīkstos un pietiekami mitros gabaliņos, lai tos varētu droši norīt.
Asas vai smailas tekstūras piemērs: sausi kukurūzas čipsi

Drupinātas tekstūras rada aizrīšanās risku, jo ir nepieciešama laba mēles kontrole, lai mutes dobumā sakopotu drupinātos gabalus un sajauktu tos ar pietiekami daudz siekalām, lai tie būtu mitri un droši norīšanai.
Drupinātu tekstūru piemēri: drupenas,, sausas kūkas, cepumi, sausie biskvīti vai plāceņi

Augļu kauliņi, sēklas un baltās daļas rada aizrīšanās risku, jo tās ir cietas un ir daļa no citas cietas vai šķiedrainas tekstūras, padarot to atdalīšanu un izņemšanu no mutes par sarežģītu procesu.
Augļu kauliņu, sēklu un balto daļu piemēri ir ābolu vai ķirbju sēklas, apelsīnu baltā daļa

Mizas, čaumalas vai ārējie apvalki rada aizrīšanās risku, jo gabaliņi bieži ir šķiedraini, smaili un sausi, un ir vajadzīgas labas košļāšanas prasmes, lai padarītu gabaliņus mazākus, un pietiekami daudz siekalu, lai padarītu tos mitrus, VAI pietiekami labas prasmes, lai izņemtu tos no mutes. Šie mazie gabaliņi pielīp pie zobiem un smaganām un, norijot, ieķeras rīklē.
Mizas, čaumalu vai ārējo apvalku piemēri ir zirņu pākstis, vīnogu miza, klijas, ceļtekas sēnalu pulveris (milti).

Kauli vai skrimšļi rada aizrīšanās risku, jo šie gabali ir cieti un parasti netiek sakošļāti un norīti. Ir vajadzīgas labas mēles mobilitātes prasmes, lai tos atdalītu no ēdiena tekstūras, kurai tie ir pievienoti, un pēc tam izņemtu kaulu vai skrimslu no mutes.

Kaulu vai skrimšļa piemēri ir vistas kauli, zivju asakas

Apaļas vai garenas formas ēdieni rada aizrīšanās risku, jo, ja tie netiek sakošļāti mazos gabaliņos, bet tiek norīti veseli, to forma var pilnībā bloķēt elpceļus, izraisot smakšanu

Apaļas vai garenas formas pārtikas piemēri ir desiņas, vīnogas

Lipīgas vai gumijotas tekstūras rada aizrīšanās risku, jo tās ir lipīgas un var pielipt pie cietajām aukslējām, zobiem vai vaigiem un iekļūt elpceļos. Tiem ir nepieciešama ilgstoša un laba košļāšanas spēja, lai samazinātu lipīgumu, pievienojot siekalas, un padarītu tos drošus norīšanai.

Lipīgas vai gumijotas tekstūras piemēri: riekstu sviests, pārvārītas auzu pārslas, pārtikas želatīns, Konjac augs ar želeju, lipīgas rīsu kūkas, konfektes

Šķiedrainas tekstūras rada aizrīšanās risku, jo šķiedru var būt grūti pārraut un mīkstumam var iesprūst ar daļu no tā mutē un daļu rīklē, un abas daļas ir saistītas kopā ar šķiedraino tekstūru.

Šķiedrainu ēdiena tekstūru piemēri: zaļās pākšu pupiņas, rabarberi

Jauktas "šķidrās-biezas" tekstūras rada aizrīšanās risku, jo ir nepieciešama spēja noturēt cieto gabalu mutē, kamēr šķidrā daļa tiek norīta. Pēc šķidrās daļas norīšanas, cietos gabaliņus sakošļā un norij. Tas ir ļoti sarežģīts mutes dobuma struktūru uzdevums.

Jauktas «šķidrās-biezas» tekstūras piemēri: zupa ar ēdiena gabaliņiem, brokastu pārslas ar pienu, burbuļtēja

Sarežģītas ēdiena tekstūras rada aizrīšanās risku, jo ir nepieciešama spēja košļāt un manipulēt ar dažādām pārtikas tekstūrām vienā kumosā.

Sarežģītu ēdiena tekstūru piemēri: hamburgers, cīsiņš mīklā, sviestmaize, frikadeles un spageti, pica

Plānas tekstūras ēdiens rada aizrīšanās risku, jo, ja tas netiek sakošļāts mazos gabaliņos, tas kļūst vēl plānāks un mitrs un var nosprostot elpceļu atveri, apturot gaisa plūsmu.

Plānu tekstūru piemēri: salātlapas, plānās šķēlītēs sagriezts gurķis, spinātu lapas

Sulīgas ēdiena tekstūras, kur košļājot sula atdalās no ēdiena, rada aizrīšanās risku, jo cilvēkam ir jāspēj norīt sulu, vienlaikus kontrolējot cieto gabalu mutē. Kad sula ir norīta, ir nepieciešamas labas košļāšanas prasmes, lai ēdienu sadalītu mazākos gabaliņos drošai norīšanai. Tas ir sarežģīts mutes dobuma struktūru uzdevums.

Sulīgas ēdiena tekstūras piemērs ir: arbūzs

Cietās ādiņas vai garoziņas, kas veidojas gatavošanas vai sildīšanas laikā, rada aizrīšanās risku, jo ir nepieciešamas labas košļāšanas prasmes, lai tās sadalītu mazākos gabaliņos, sajaucoties ar citām ēdiena tekstūrām, kuras sildīšanas process neietekmē.

Ēdieni, kas rada aizrīšanās risku – autopsijas ziņojumu atsauces

Berzlanovich, A.M., Muhm, M., Sim, E., and Bauer, G. (1999) 'Foreign body asphyxiation – an autopsy study', *American Journal of Medicine*, 107, 351-355.

Berzlanovich, A.M., Fazenly-Dorner, B., Waldhoer, T., and Fasching, P. (2005) 'Foreign body asphyxia: A preventable cause of death in the elderly', *American Journal of Preventive Medicine*, 28, 65-69.

Centre for Disease control and prevention (2002) Non-fatal choking related episodes among children, United States 2001. *Morbidity and Mortality Weekly Report*, 51: 945-948.

Dolkas, L., Stanley C., Smith, A.M., Vilke G.M. (2007) Deaths associated with choking in San Diego. *Journal of Forensic Science*, 52, 176-179.

Ekberg, O. and Feinberg, M. (1992) 'Clinical and demographic data in 75 patients with near-fatal choking episodes', *Dysphagia*, 7, 205-208.

Wick, R., Gilbert, J.D., and Byard, R.W. (2006) 'Café coronary syndrome-fatal choking on food: An autopsy approach.', *Journal of Clinical Forensic Medicine*, 13, 135-138.

Food Safety Commission, Japan (2010) Risk Assessment Report: Choking accidents caused by foods. https://www.fsc.go.jp/english/topics/choking_accidents_caused_by_foods.pdf (accessed June 2019).

Harris C.A., Baker, S.P., Smith, G.A., Harris R.M. (1984) Childhood asphyxiation by food: A national analysis and overview. *JAMA*, 251, 2231-2235.

Irwin, R.S., Ashba, J.K., Braman, S.S., Lee, H.Y., and Corrao, W.M. (1977) 'Food asphyxiation in hospitalized patients', *JAMA*, 237,2744-2745.

J.T.'s Law (New York State, Department of Health Legislation) 2007, Choking Prevention for Children https://www.health.ny.gov/prevention/injury_prevention/choking_prevention_for_children.htm

Kramarow E., Warner, M., Chen L-H. (2014) Food-related choking deaths among the elderly, 20: 200-203.

Morley RE, Ludemann JP, Moxham JP, Kozak FK, Riding KH (2004) Foreign body aspiration in infants and toddlers: Recent trends in British Columbia. *The Journal of Otolaryngology*, 33(1): 37-41.

Samuels R & Chadwick DD (2006). Predictors of asphyxiation risk in adults with intellectual disability and dysphagia. *Journal of Intellectual Disability Research*, 50(5): 362-370.

Wolach B, Raz, A, Weinberg J, Mikulski Y, Ben Ari J, Sadan N (1994) Aspirated bodies in the respiratory tract of children: Eleven years' experience with 127 patients. *International Journal of Pediatric Otorhinolaryngology*, 30: 1-10.

Pavaddokumenti

<https://iddsi.org/framework/>

- IDDSI Testēšanas metodes
- IDDSI Zinātniskie pierādījumi
- IDDSI Biežāk uzdotie jautājumi

Pateicības

IDDSI ietvara izveidošana (2012-2015)

IDDSI izsaka pateicību sponsoriem par to dāsno atbalstu IDDSI ietvara izveides procesā:

- Nestlé Nutrition Institute (2012-2015)
- Nutricia Advanced Medical Nutrition (2013-2014)
- Hormel Thick & Easy (2014-2015)
- Campbell's Food Service (2013-2015)
- apetito (2013-2015)
- Trisco (2013-2015)
- Food Care Co. Ltd. Japan (2015)
- Flavour Creations (2013-2015)
- Simply Thick (2015)
- Lyons (2015)