







Symptom	Konsistens	Beskrivning	Exempel
<p><b>Förändrad konsistens kan vara motiverad vid ett eller flera av följande symptom</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>› Äter under längre tid än normalt</li> <li>› Mat och dryck rinner ur munnen</li> <li>› Mat samlas i kinderna</li> <li>› Bitar av mat plockas eller spottas ut ur munnen</li> <li>› Mat hålls länge innan sväljning</li> <li>› Viss mat kan ej tuggas</li> <li>› Hosta eller harklingar</li> <li>› Rosslig eller gurglig röst</li> <li>› Klumpkänsla i halsen</li> <li>› Åtandet tröttrar</li> <li>› Motoriska problem</li> </ul> <p><b>Vid dessa problem informera sjuksköterska. För utredning och därefter val av individuellt anpassad konsistens ska kontakt tas med dietist eller logoped.</b></p> <p><b>Var alltid uppmärksam och försiktig när ny konsistens introduceras!</b></p>	 <p><b>Hel och delad</b></p>	<p>Normal konsistens, eventuellt delad i mindre bitar.</p>	<p>Helt eller delat kött, hel fisk, färs- eller korvrätter, grönsaker, potatis och sås. Färsk frukt eller konserverad frukt med vispad grädde eller glass.</p>
	 <p><b>Grov paté</b></p>	<p>Luftig, mjuk och grovkornig, t ex <b>saftig och mjuk köttfärslimpa</b>. Lätt att dela med gaffel. Mer tuggmotstånd jämfört med timbal samt innehåller partiklar.</p>	<p>Grov köttpaté eller hel kott fisk, grov grönsakspaté eller välkockta grönsaker, potatis hel eller pressad och sås. Delad konserverad frukt med vispad grädde eller glass.</p>
	 <p><b>Timbal</b></p>	<p>Mjuk, slät, kort och sammanhållande, t ex <b>omelett</b>. Kan ätas med gaffel eller sked. Måttlig grad av tuggmotstånd och homogen konsistens. Mer porös än grov paté.</p>	<p>Kött- eller fisktimbal, grönsakstimbal/-puré, potatismos eller pressad potatis och sås. Fruktfromage med vispad grädde eller glass.</p>
	 <p><b>Gelé</b></p>	<p>Mjuk och hal mat, t ex <b>vinbärsgelé</b>. Kan ätas med gaffel eller sked. Dallrig och homogen. Smälter i munnen, till skillnad från grov paté och timbal.</p>	<p>Kall kött- eller fiskgelé, grönsakspuré eller kall grönsaksgelé, potatismos och tjock sås. Fruktgelé med vispad grädde eller glass.</p>
	 <p><b>Flytande</b></p>	<p>Slät och rinnande, t ex <b>tomatsoppa</b>. Rinner av skeden. Kan ej ätas med gaffel. Mindre krämig jämfört med tjockflytande.</p>	<p>Berikad kött-, fisk- eller grönsakssoppa med en klick av crème fraiche. Fruktsoppa med vispad grädde eller glass.</p>
	 <p><b>Tjockflytande</b></p>	<p>Slät och trögflytande, t ex <b>gräddfil</b>. Droppar från skeden. Kan ej ätas med gaffel. Krämigare än flytande.</p>	<p>Berikad tjockflytande kött-, fisk- eller grönsakssoppa med en klick av crème fraiche. Tjockflytande fruktsoppa med vispad grädde eller glass.</p>

Ge först en liten mängd vätska med tesked för att se om personen kan svälja vald konsistens utan att hosta. Var försiktig! De flesta personer med dysfagi behöver tjockflytande dryck t ex nyponsoppkonsistens. En del personer med dysfagi kan dricka kolsyrad dryck.

**Drick**

Längd (cm)

## BEDÖMNING AV RISKPATIENTER

**BMI (Body Mass Index)**

$$\text{BMI} = \frac{\text{vikt (kg)}}{\text{längd}^2 \text{ (m)}}$$

Normalt BMI = 20-25

För patienter > 70 år bör BMI inte understiga 22.

**Viktörlust**

> 5% under 1 månad

> 10% under 3-6 månad

För sjuka med dålig aptit och ett BMI under 20, samt för äldre sjuka med ett BMI under 22 bör energi- och proteinrik kost serveras.

198	9	9	10	10	11	11	12	12	13	13	14	14	15	15	16	16	17	17	18	18	19	19	20	20	21	21	22	22	23	23	24	24
196	9	9	10	10	11	11	12	12	13	14	14	15	15	16	16	17	17	18	18	19	19	20	20	21	21	22	22	23	23	24	24	
194	9	10	10	11	11	12	12	13	13	14	14	15	15	16	16	17	18	18	19	19	20	20	21	21	22	22	23	23	24	24	25	
192	9	10	10	11	11	12	12	13	14	14	15	15	16	16	17	17	18	18	19	20	20	21	21	22	22	23	23	24	24	25	25	
190	9	10	11	11	12	12	13	13	14	14	15	16	16	17	17	18	18	19	19	20	20	21	22	22	23	23	24	24	25	25	26	
188	10	10	11	11	12	12	13	14	14	15	15	16	16	17	18	18	19	19	20	20	21	22	22	23	23	24	24	25	25	26	27	
186	10	10	11	12	12	13	13	14	14	15	16	16	17	17	18	18	19	20	20	21	21	22	23	23	24	24	25	25	26	27	27	
184	10	11	11	12	12	13	14	14	15	15	16	17	17	18	18	19	19	20	21	21	22	22	23	24	24	25	25	26	27	27	28	
182	10	11	11	12	13	13	14	14	15	16	16	17	18	18	19	19	20	21	21	22	22	23	24	24	25	25	26	27	27	28	28	
180	10	11	12	12	13	14	14	15	15	16	17	17	18	19	19	20	20	21	21	22	22	23	23	24	25	25	26	27	27	28	28	29
178	11	11	12	13	13	14	15	15	16	16	17	18	18	19	20	20	21	21	22	23	23	24	25	25	26	27	27	28	28	29	30	
176	11	12	12	13	14	14	15	15	16	17	17	18	19	19	20	21	21	22	23	23	24	25	25	26	26	27	28	28	29	30	30	
174	11	12	13	13	14	15	15	16	17	17	18	18	19	20	20	21	22	22	23	24	24	25	26	26	27	28	28	29	29	30	31	
172	11	12	13	14	14	15	16	16	17	18	18	19	20	21	21	22	22	23	24	24	25	26	26	27	28	28	29	30	30	31	32	
170	12	12	13	14	15	15	16	17	17	18	19	19	20	21	21	22	23	24	24	25	26	26	27	28	28	29	30	30	31	32	33	
168	12	13	13	14	15	16	16	17	18	18	19	20	21	21	22	23	23	24	25	26	26	27	27	28	29	30	30	31	32	33	33	
166	12	13	14	15	15	16	17	18	18	19	20	21	22	22	23	24	25	25	26	27	28	28	29	30	30	31	32	33	33	34	34	
164	13	13	14	15	16	16	17	18	19	19	20	21	22	22	23	24	25	25	26	27	28	28	29	30	30	31	32	33	33	34	35	
162	13	14	14	15	16	17	18	18	19	20	21	21	22	23	24	24	25	26	27	27	28	29	29	30	31	32	33	34	34	35	36	
160	13	14	15	16	16	17	18	19	20	20	21	22	23	23	24	25	26	27	27	28	29	30	30	31	32	33	34	34	35	36	37	
158	14	14	15	16	17	18	18	19	20	21	22	22	23	24	25	26	26	27	28	29	30	30	31	32	33	34	34	35	36	37	38	
156	14	15	16	16	17	18	19	20	21	21	22	23	24	25	25	26	27	28	29	30	30	31	31	33	34	35	35	36	37	38	39	
154	14	15	16	17	18	19	19	20	21	22	23	24	24	25	26	27	28	29	30	30	31	32	32	34	35	35	36	37	38	39	40	
152	15	16	16	17	18	19	20	21	22	23	23	24	25	26	27	28	29	29	30	31	32	33	34	35	36	36	37	38	39	40	41	
150	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	28	29	30	31	32	33	34	35	36	36	37	38	39	40	41	42		
148	16	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	37	38	39	40	41	42	43	
146	16	17	18	19	20	21	22	23	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	38	39	40	41	42	43	44	
144	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	
142	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	
140	17	18	19	20	21	22	23	24	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	

Vikt (kg)

34 36 38 40 42 44 46 48 50 52 54 56 58 60 62 64 66 68 70 72 74 76 78 80 82 84 86 88 90 92 94

