

Hotellerie/Küche

Praktische Hinweise bei Dysphagie (Schluckstörungen)



Rita von Allmen
Leiterin Diätküche

24.05.2016

Konsistenzdefinierte Kostformen

- **Worauf achten bei der Zubereitung:**
- Speisen nicht zu heiss servieren (ev. Sensibilitätsstörungen)
- Ev. Mit zusätzlicher Sauce servieren
- Mischkonsistenz vermeiden (wie zu dünne Saucen)
- Saucen ohne feingeschnittenen Bestandteile oder Einlagen zubereiten
- abschmecken (es soll schmecken)
- Keine aufgewärmten Speisen (oft zu trocken)

Konsistendefinierte Kostformen

- Krümelige Speisen vermeiden
- auf die Nährwertzusammensetzung achten (evtl. anreichern)
- Tagesbedarf mit Zwischenmahlzeiten abdecken
- Konsistenz anpassen, nach eigenem Bedarf
- ohne Kräuter, ohne Fasern
- ohne Garnituren

Breiige Speisen

Speisen, die sich zu einem feinen, homogenen Brei verarbeiten lassen, ohne Fasern.

- Kartoffelpüree
- feiner nicht klebriger Griessbrei, weiche, ev. pürierte Polenta
- Gemüse gekocht und püriert ohne Fasern
- Püriertes Obst (ev. passieren)
- Weiches püriertes kurzfaseriges Fleisch
- Joghurt
- ev. eine Extraportion Sauce
- Alles was sich im Bechermixer fein mixen lässt

Weiche Speisen

- Joghurt
- Brot ohne Rinde
- Butter, Margarine, Honig, Streichwurst, Streichkäse, Quark und Marmelade
- Kartoffelstock
- Gemüse weich gekocht und zerkleinert
- Gehacktes Fleisch, Kalbsbrät, Wienerli
- Fische mit weichem Fleisch
- Knöpfli, Hörnli, Kravättli weich gekocht
- Rührei, Omelette natur
- Banane, Melone, Pfirsich
- Cremes und Puddings

Nicht empfohlene Speisen

- Brot mit knuspriger Rinde
- Spaghetti
- Reis, Hirse, Mais, Erbsen, Spargel, Blattgemüse, Kabis und Kohlarten, Schwarzwurzeln
- Suppen
- Birchermüesli mit Nüssen und/oder Kernen
- Ananas, Zitrusfrüchte, Beeren mit Kernen
- Trockenes Fleisch, zähes Fleisch, paniertes und gebratenes Fleisch
- Produkte mit ganzen Körnern
- Kompottflüssigkeit
- Kräuter
- Blattsalate

Produkte zum anreichern von Speisen

- Um die Nährstoffdichte zu erhöhen.

Eiweiss

- Magerquark (13% Eiweiss)
- Protenplus flüssig (2 dl à 200 kcal), Fresenius
- Resource Protein
- Power play, Wander AG

Kohlenhydrate

- Zucker
- Honig
- Birnel
- eingedickte Süssgetränke
- Malto Dextrin

Natürliche und Spezialprodukte

Fett

- Rapsöl
- Distelöl, Olivenöl
- Rahm
- Butter

Vitamine und Mineralstoffe

- Jemalt 13+13, Wander AG
- Ovomaltine, Wander AG
- Eingedickte Gemüse-, Frucht-, Multivitaminsäfte
- Tabletten (z.B. Burgenstein)

Praktische Hilfsmittel

- Eindickmittel (um Konsistenz anzupassen)
- Mix-Becher (sind meist Spühlmaschinenfest)
- Stabmixer
- Universalmaschinen mit verschiedenen Schneideinsätzen (Einsätze sind meist Spühlmaschinenfest)

Produkte zum eindicken von Speisen

- Eier, Vollei
- Reismehl
- Kartoffelstockpulver
- Gelatine
- Agar-Agar
- Xanthan

Praktische Vorstellung

- Birchermus mit Gelatine eingedickt und so mit der Hand essbar.
- Zu verschiedenen Konsistenzen eingedickter Fruchtsaft.
- Fragen ???