



Disfaji odaklı ürünlerde seviyeler, tanımlayıcılar ve ölçüm yöntemleri

Bu proje Avrupa Komisyonu'nun desteğiyle finanse edilmiştir. Bu yayın yalnızca yazarın görüşlerini yansıtmaktadır ve Komisyon, burada yer alan bilgilerin herhangi bir şekilde kullanılmasından sorumlu tutulamaz.

INDEED: "Disfaji (Yutma Bozukluğu) Durumundaki Bireyler için Beslenme Odaklı Yenilikçi

Eğitim ve Sağlık Araçları Proje N:2020-1-ES01-KA204-083288



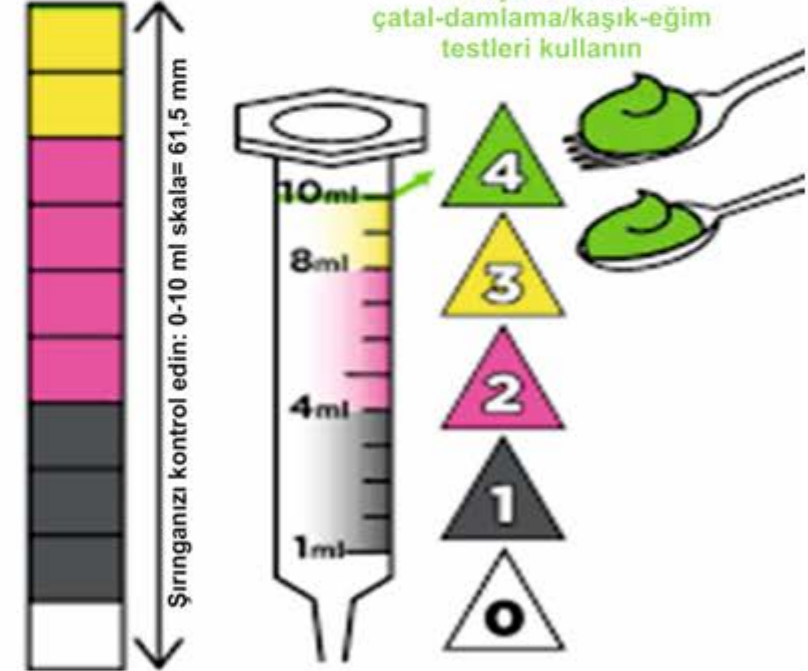
Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Dersin hedefleri

Bu modülün **amacı**, gıda veya içecek seviyelerinin tanımlayıcılarını ve ölçüm yöntemlerini öğrenmektir.

Öğrenme çıktıları

- Gıda dokularını ve içecek kıvamlılığını tanımlamak için ortak terminolojiyi öğrenme
- Tüm düzeylerdeki içecekler ve gıdalar için ayrıntılı tanımlayıcıları öğrenme
- Gıda ve içecek seviyelerinin tespiti için basit ölçüm yöntemleri uygulama



(Kaynak: <https://www.iddsi.org>)

Isınma alıştırmaları



Katıların ve sıvıların
çıgnendiğinde ve
yutulduğunda
karmaşık şekillere
dönüştüğünü hiç fark
ettiniz mi?



Dokusu değiştirilmiş gıda veya içecek yönetmelięi

- Tam IDDSI erevesi Ayrıntılı Tanımlar belgesi, IDDSI erevesinin tüm seviyeleri için ayrıntılı tanımlayıcılar sağlar. Tam IDDSI erevesi Ayrıntılı Tanımlar 2019, 2016 belgesinin bir gncellemesidir ve referans olarak alınmıştır.
- Tanımlayıcılar, disfaji durumunda olan bireyler veya bakıcılar, klinisyenler, yemek servisi uzmanları veya endüstri tarafından bir gıda veya ieeğin hangi seviyeye uyduğunu doğrulamak için kullanılabilecek basit ölçüm yöntemleriyle desteklenir.
- IDDSI erevesi, gıda dokularını ve içecek kıvamlılığını tanımlamak için ortak bir terminoloji sağlar. IDDSI testleri, test sırasında belirli bir ürünün akış veya dokusal özelliklerini doğrulamayı amaçlar.
- Gıda ve içeceklerde, öngörülen servis koşullarında (zellikle sıcaklık) test yapılmalıdır.

<https://www.iddsi.org/ReKaynaks/Videos/Introduction-to-IDDSI>

INDEED: "Disfaji (Yutma Bozukluğu) Durumundaki Bireyler için Beslenme Odaklı Yenilikçi

Eğitim ve Sağlık Araçları Proje N:2020-1-ES01-KA204-083288

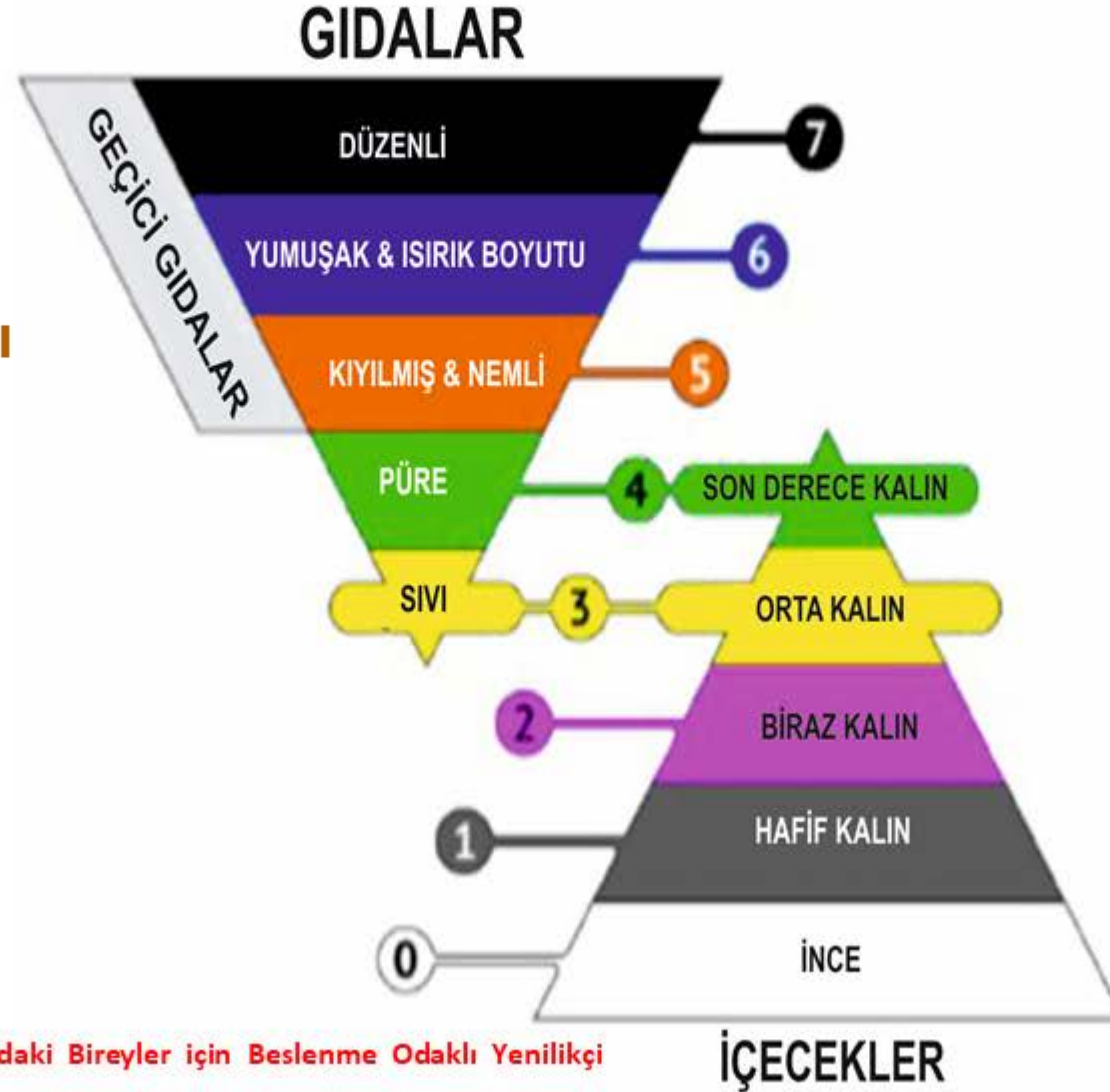


Sıcaklığın
reolojik
zelliklerde
kritik bir faktör
olduęunu
unutmayın!



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Seviye 4 ila 7 olarak sınıflandırılan gıdalar disfaji durumunda olan bireyler için dokusu değiştirilmiş gıdalar olarak not edilir.



0 ila 4 seviyeleri arasında sınıflandırılan sıvılar, disfaji durumunda olan bireyler için dokusu değiştirilmiş sıvılar olarak not edilir.

(Kaynak: <https://www.iddsi.org>)

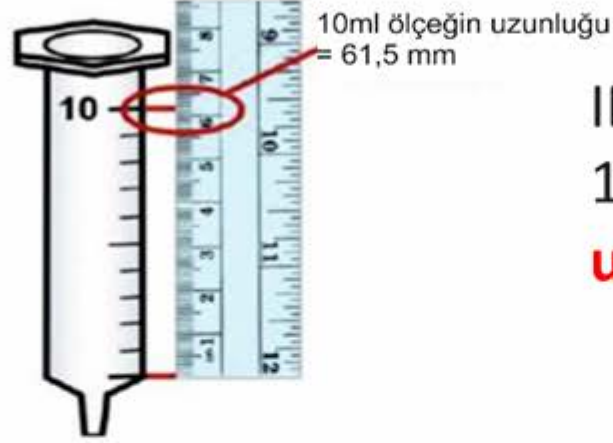
Açıklama/Özellikler

- Su gibi akar
- Hızlı akış
- Yaşına ve becerisine uygun her türlü meme başı/meme ucu, bardak veya pipetten içebilir.

Bu kıvamlılık seviyesi için fizyolojik gereklilikler
Her türden sıvıyı güvenli bir şekilde yönetmek için işlevsel yetenek

#Test etmeden önce...

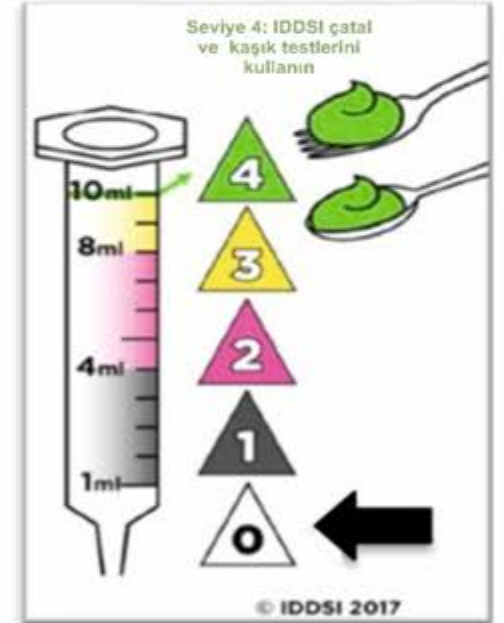
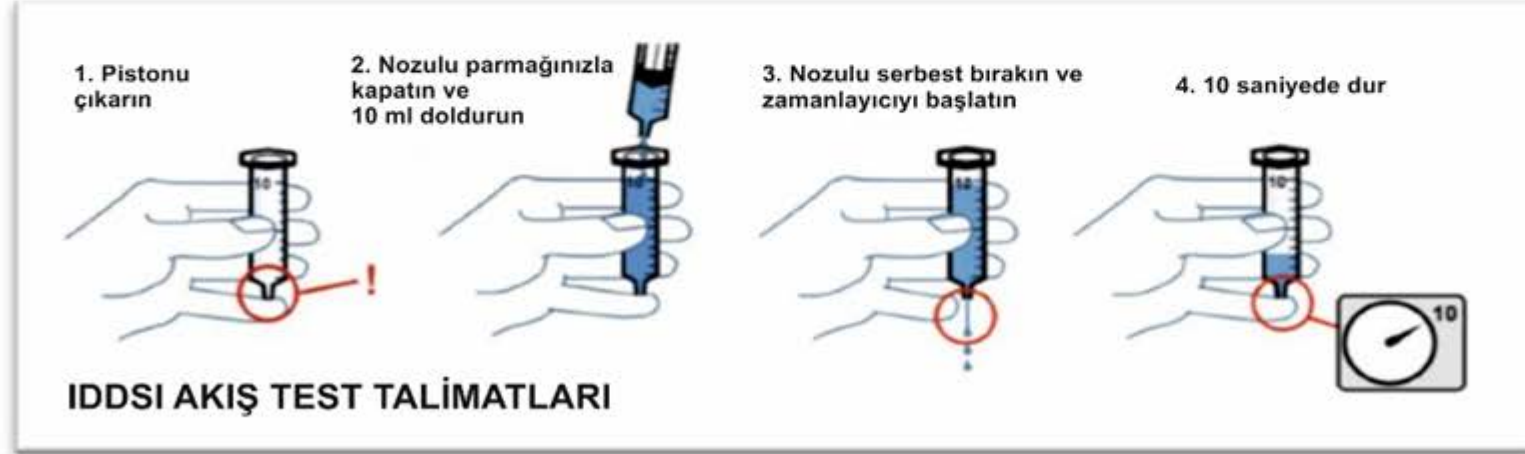
Şırınga uzunluklarında farklılıklar olduğu için şırınga uzunluğunu **kontrol etmelisiniz**. Şırınganız böyle görünmelidir.



■ TEST YÖNTEMİ

IDDSI Akış Testi:

10 saniyelik akıştan sonra **10 mL'lik kayar uçlu şırıngada 1 mL'den az kalmıştır.**



(Kaynak: <https://www.iddsi.org>)

İNDEED: "Disfaji (Yutma Bozukluğu) Durumundaki Bireyler için Beslenme Odaklı Yenilikçi

Eğitim ve Sağlık Araçları Proje N:2020-1-ES01-KA204-083288



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

1 HAFİF KIVAMLI

Açıklama/Özellikler

- Sudan daha kıvamlı
- İçmek için ince sıvılardan biraz daha fazla çaba gerektirir
- Pipet, şırınga, emzik/meme ucundan akar
- Piyasada bulunan çoğu "Anti-kusma" (AR) bebek mamalarının kıvamlılığına benzer

Bu kıvamlılık seviyesi için fizyolojik gereklilikler

- Pediatrik popülasyonda genellikle akış hızını azaltan ancak yine de bebek emziğinden/meme ucundan akabilen kıvamlaştırılmış bir içecek olarak kullanılır. Bir emzik/meme ucundan akma durumu vaka bazında belirlenmelidir.
- İnce içeceklerin güvenli bir şekilde kontrol edilemeyecek kadar hızlı aktığı yetişkin popülasyonlarında da kullanılır. Bu biraz kıvamlı sıvılar biraz daha yavaş bir hızda akacaktır.

1 HAFİF KIVAMLI

Test etmeden önce...

şırınga uzunluklarında farklılıklar olduğu için şırınga uzunluğunu **kontrol etmelisiniz**. Şırınganız böyle görünmelidir



TEST YÖNTEMİ

- Test sıvısı, 10 saniye sonra şırıngada 1-4 mL bırakarak 10 mL'lik kayar uçlu bir şırınga# içinden akar

1. Pistonu çıkarın



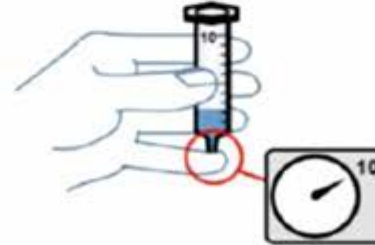
2. Nozulu parmağınızla kapatın ve 10ml doldurun



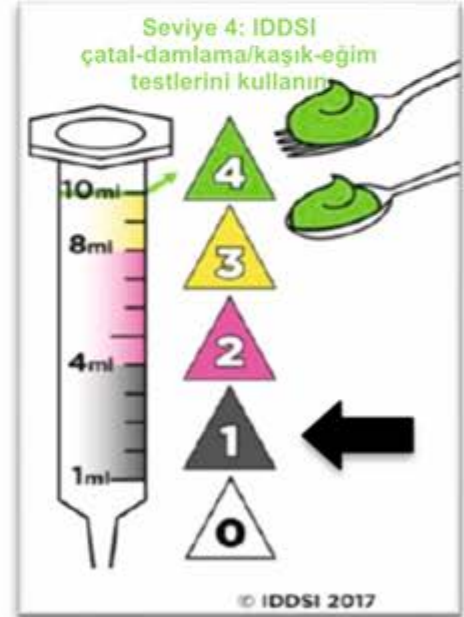
3. Nozulu serbest bırakın ve zamanlayıcıyı başlatın



4. 10 saniyede dur



IDDSI AKIŞ TESTİ TALİMATI



(Kaynak: <https://www.iddsi.org>)

INDEED: "Disfaji (Yutma Bozukluğu) Durumundaki Bireyler için Beslenme Odaklı Yenilikçi

Eğitim ve Sağlık Araçları Proje N:2020-1-ES01-KA204-083288



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

2 BİRAZ KIVAMLI

Açıklama/Özellikler

- Kaşıktan akar
- Sevk edilebilir, bir kaşıktan hızlı bir şekilde dökülür, ancak ince içeceklerden daha yavaş
- Bu kıvamlılığı pipetten içmek için hafif bir çaba gerekir (pipet = 0,209 inç veya 5,3 mm çap)

Bu kıvamlılık seviyesi için fizyolojik gereklilikler

- İnce içecekler güvenli bir şekilde kontrol edilemeyecek kadar hızlı akarsa, bu Hafif Yoğun sıvılar biraz daha yavaş akacaktır.
- Dil kontrolü biraz azaltılmışsa uygun olabilir.

TEST YÖNTEMİ

IDDSI Akış Testi*

Test sıvısı, 10 mL kayar uçlu bir şırıngadan akar ve 10 saniye sonra şırıngada 4 ila 8 mL bırakır.

(bkz. IDDSI Akış Testi talimatları*)

2 BİRAZ KIVAMLI

Test etmeden önce...

şırınga uzunluklarında farklılıklar olduğu için şırınga uzunluğunu **kontrol etmelisiniz**. Şırınganız böyle görünmelidir



TEST YÖNTEMİ

Test sıvısı, 10 mL kayar uçlu bir şırıngadan akar ve **10 saniye sonra şırıngada 4 ila 8 mL bırakır**.

1. Pistonu çıkarın



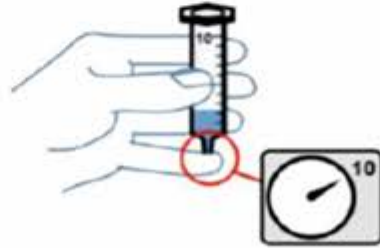
2. Nozulu parmağınızla kapatın ve 10ml doldurun



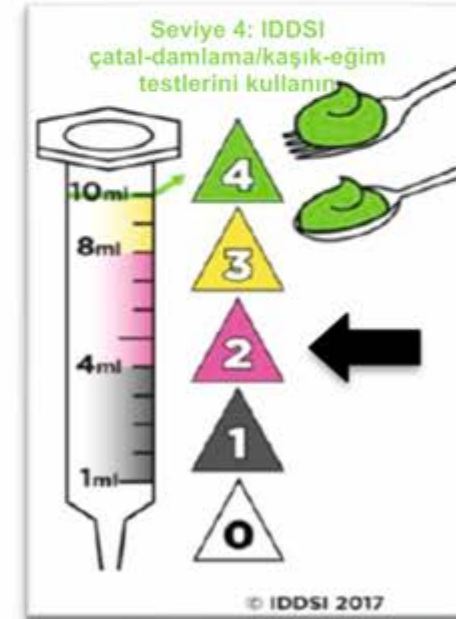
3. Nozulu serbest bırakın ve zamanlayıcıyı başlatın



4. 10 saniyede dur



IDDSI AKIŞ TESTİ TALİMATI



(Kaynak: <https://www.iddsi.org>)

INDEED: "Disfaji (Yutma Bozukluğu) Durumundaki Bireyler için Beslenme Odaklı Yenilikçi

Eğitim ve Sağlık Araçları Proje N:2020-1-ES01-KA204-083288



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Açıklama/Özellikler

- Bir bardaktan içilebilir
- Standart veya geniş çaplı bir pipeti (geniş çaplı pipet = 0,275 inç veya 6,9 mm) emmek için orta düzeyde çaba gerekir
- Şeklini korumayacağından çekilemez, katmanlanamaz veya bir tabak üzerine kalıplanamaz
- Çatallarla yenemez, çünkü sivri uçlardan damlacıklar halinde yavaş yavaş damlar
- Kaşıkla yenebilir
- Oral işlem veya çiğneme gerektirmez – doğrudan yutulabilir
- "Uç" içermeyen pürüzsüz doku (topaklar, lifler, kabuk veya deri parçaları, kabuk, kıl veya kemik parçacıkları)

Bu kıvamlılık seviyesi için fizyolojik gereklilikler

- Dil kontrolü Hafif Yoğun içecekleri (Seviye 2) yönetmek için yetersizse, bu Sıvılaştırılmış/Orta derecede kıvamlı seviye uygun olabilir
- Oral kontrol için daha fazla zaman sağlar
- Biraz dil itme çabası gerekir
- Yutma sırasında ağrı olabilir

INDEED: "Disfaji (Yutma Bozukluğu) Durumundaki Bireyler için Beslenme Odaklı Yenilikçi

Eğitim ve Sağlık Araçları Proje N:2020-1-ES01-KA204-083288

TEST YÖNTEMİ

IDDSI Akış Testi*	* Test sıvısı 10 ml'lik kayar uçlu bir şırıngadan akar ve 10 saniye sonra şırıngada > 8 ml kalır (bkz. IDDSI Akış Test Kılavuzu*)
Çatal Damlama Testi	* Bir çatalın uçlarından damlacıklar halinde yavaşça damlar * Seviye 3 Orta Kalınlıkta Sıvı/Sıvılaştırılmış yiyeceklerin yüzeyine bir çatal bastırıldığında, çatalın dişleri/uçları yüzeyde net bir desen bırakmaz * Düz bir yüzeye döküldüğünde yayılır
Kaşık Eğme Testi	* Eğildiğinde kaşıktan kolayca dökülür; kaşığa çok yapışmaz
Çatalların bulunmadığı yerler Yemek Çubuğu Testi	* Yemek çubukları bu dokuya uygun değildir.
Çatalların bulunmadığı yerlerde Parmak Testi	* Bu gıda dokusunun bir örneğini parmaklarla tutmak mümkün değildir, ancak bu doku başparmak ve parmaklar arasında yumuşak ve kolay bir şekilde kayar ve bir doku bırakır.
Gıdaya özel veya Diğer örnekler (Not: bu liste ayrıntılı değildir)	Aşağıdaki öğeler IDDSI Seviye 3'e sığabilir: * Bebeğin "ilk yiyecekleri" (akan pirinç gevreği veya akıcı meyve püresi) * IDDSI Akış Testi tarafından onaylandığı üzere bazı soslar ve salçalar

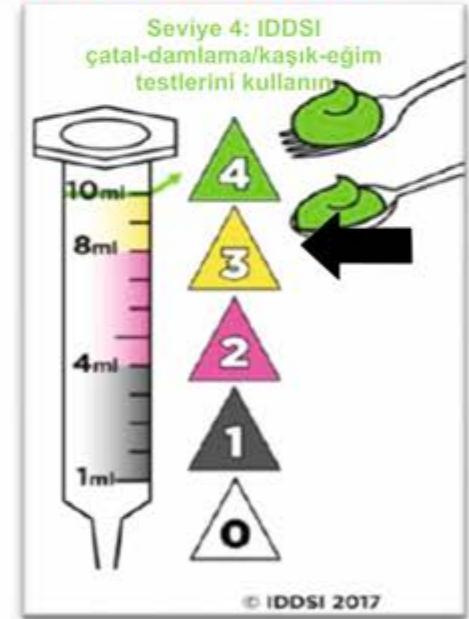
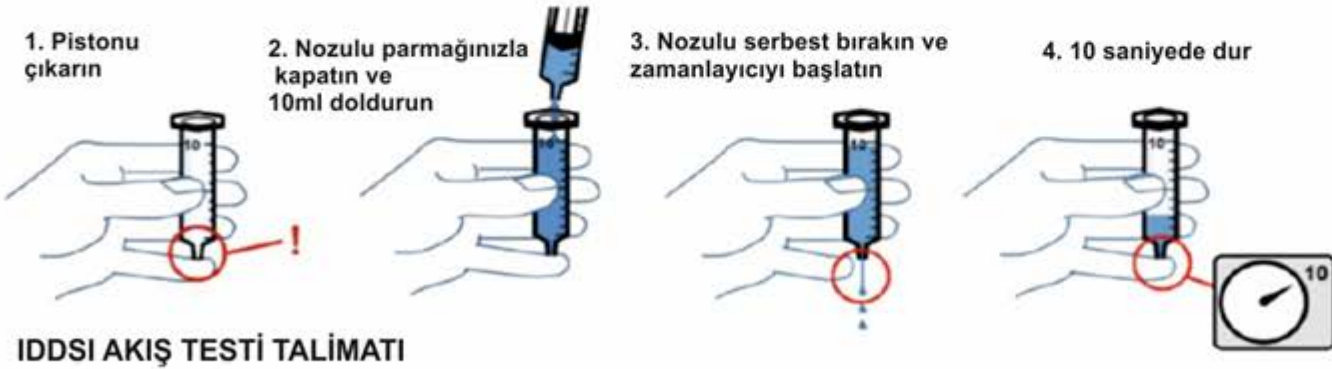
Test etmeden önce...

şırınga uzunluklarında farklılıklar olduğu için şırınga uzunluğunu **kontrol etmelisiniz**. Şırınganız böyle görünmelidir



TEST YÖNTEMİ

- Test sıvısı, 10 mL kayar uçlu şırıngadan akar ve **10 saniye sonra şırıngada > 8 mL bırakır**



Çatal Damlama Testi



(Kaynak: <https://www.iddsi.org>)

Açıklama/Özellikler

- Genellikle kaşıkla yenir (çatal da mümkündür)
- Kolay akmadığı için bardaktan içilmez
- Bir pipetle emilemez
- Çiğneme gerektirmez
- Şeklini koruduğu için çekilebilir, katmanlanabilir veya kalıplanabilir, ancak bu formda sunulduğunda çiğnemeyi gerektirmemelidir.
- Yerçekimi altında çok yavaş hareket gösterir ancak dökülmez
- Eğildiğinde kaşıktan tek kaşıktaki düşer ve tabakta şeklini korumaya devam eder
- Topak bulunmaz
- Yapışkan değildir
- Sıvı katıdan ayrılmamalıdır

Bu kıvamlılık seviyesi için fizyolojik gereklilikler

- Dil kontrolü önemli ölçüde azaltılmışsa, bu kategori kontrol edilmesi en kolay kategori olabilir
- Kırılmış ve Nemli (seviye 5), Yumuşak ve Isırık Boyutlu (Seviye 6) ve Normal ve Normal Kolay Çiğnenebilir (Seviye 7) seçeneklerinden daha az güç gerektirir, ancak Sıvılaştırılmış/Orta derecede kıvamlıdan (Seviye 3) daha fazla gerektirir
- Isırmak veya çiğnemek gerekmez
- Artan oral ve/veya faringeal kalıntı, çok yapışkansa bu bir risktir
- Çiğneme, kontrollü manipülasyon veya bolus oluşumu gerektiren gıdalar uygun değildir.
- Çiğneme veya yutma sırasında ağrı oluşabilir
- Eksik dişler, tam oturmayan protezler

Çatal Basıncı testi

- * Pürüzsüz, topaksız ve minimum granülasyon
- * Seviye 4 Aşırı Kalın Sıvı/Püre haline getirilmiş yiyeceklerin yüzeyine bir çatal bastırıldığında, çatalın dişleri/uçları yüzeyde net bir desen oluşturabilir ve/veya yiyecek çataldaki girintiyi korur

Çatal Damlama testi
Çatal Damlama testi koşulu.

- * Numune çatalın üzerinde bir tümsek/yığın oluşturur; küçük bir miktar akabilir ve çatal ucu/dişinin altından sarkabilir, ancak akmaz veya çatalın uçlarından sürekli olarak damlamaz (aşağıdaki resme bakın)

Kaşık Eğme testi

- * Kaşığa şekline göre yeterince yapışıkır
- * Kaşık eğik veya yana çevrilmişse, küçük bir dokunuşla (sadece parmaklar ve bilek kullanılarak) kaşığa çok az kalacak kadar kayan örneği kaşıktan ayırmak mümkündür ve dolu kaşık komple dökülmelidir. Kaşık Eğme Testinden sonra kaşığın üzerinde ince bir film kalması kabul edilebilir, ancak yine de ince filmden kaşığı görebilmeniz gerekir; yani numune sert ve yapışkan olmamalıdır
- * Düz bir plaka üzerinde hafifçe yayılabilir veya çok yavaş çökebilir

Çatalların bulunmadığı yerlerde
Yemek çubuğu testi

- * Yemek çubukları bu dokuya uygun değildir.

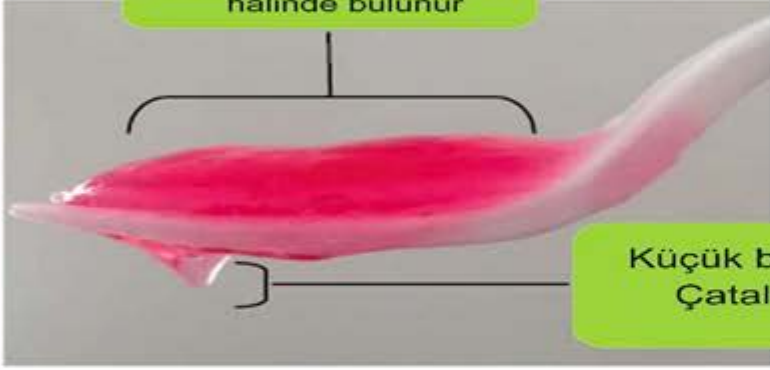
Çatalların bulunmadığı yerlerde
Parmak testi

- * Bu dokunun bir örneğini parmaklarla tutmak mümkündür. Doku pürüzsüzce ve parmaklar arasında kayar ve gözle görülür bir kaplama bırakır

Bir numunenin çok kalın
olduğuna dair göstergeler

- * Eğildiğinde kaşıktan düşmez
- * Kaşığa yapışır

Çatalın üzerinde
bir tümsek veya yığın
halinde bulunur



Küçük bir miktar akabilir ve çatalın altından sarkabilir.
Çatal uçlarından sürekli olarak sarmaz, akamaz veya damlamaz

4

PÜRELENMİŞ

4

SON DERECE KALIN



Kaşık Eğme Testi: Kaşığın şeklini alır; sert ve yapışkan değildir; kaşıқта az yemek bırakır.



(Kaynak: <https://www.iddsi.org>)

INDEED: "Disfaji (Yutma Bozukluğu) Durumundaki Bireyler için Beslenme Odaklı Yenilikçi

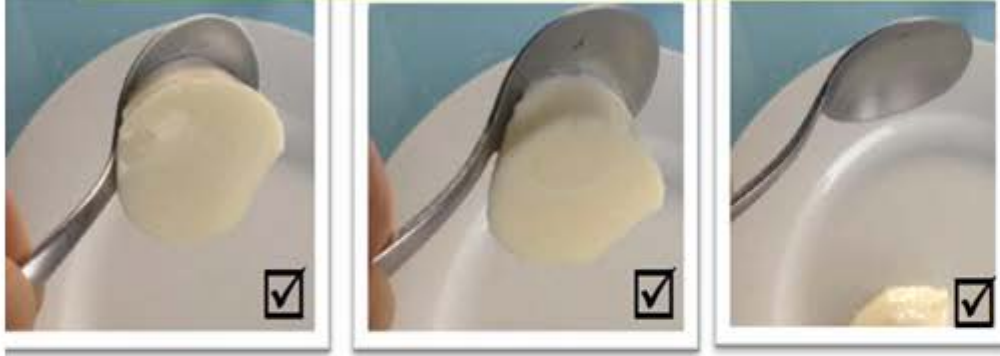
Eğitim ve Sağlık Araçları Proje N:2020-1-ES01-KA204-083288



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Aşağıdaki resimlerde, IDDSI Kaşık Eğme Testine göre Seviye 4 için uygun olabilecek veya uygun olmayacak gıdaların örnekleri gösterilmektedir.

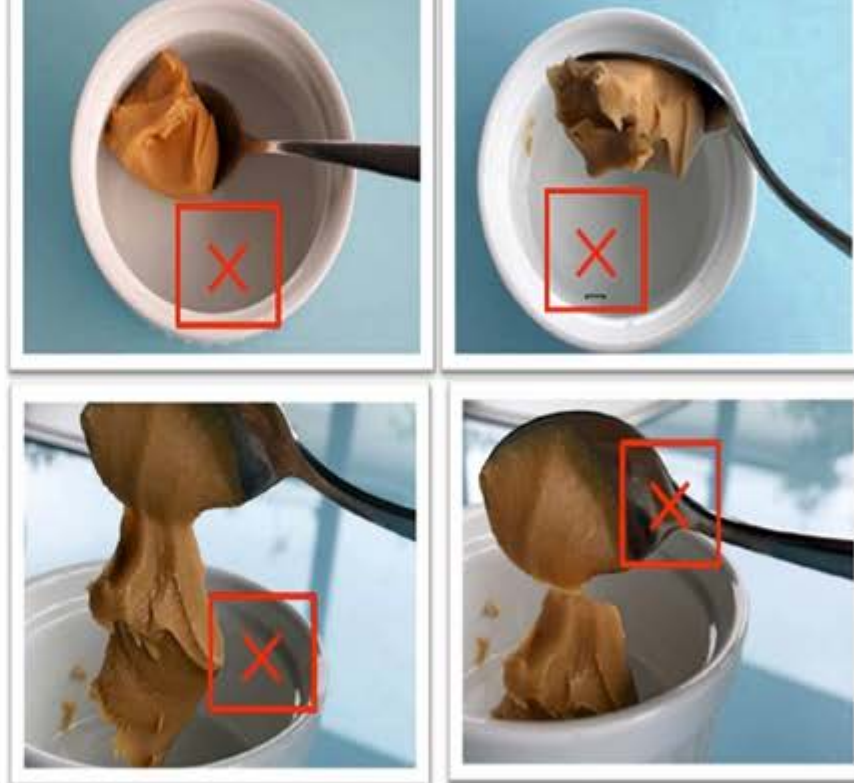
Kaşık Eğme Testi: GÜVENLİ: Kaşığın şeklini alır; sert ve yapışkan değildir; kaşıktaki az yemek bırakır.



Kaşık Eğme Testi: GÜVENLİ: Kaşığın şeklini alır; sert ve yapışkan değildir; kaşıktaki az yemek bırakır.



Kaşık Eğme Testi: GÜVENLİ DEĞİL: Kaşığın şeklini alır; SERT ve YAPIŞKANDIR; kaşıktaki az yemek bırakır.



(Kaynak: <https://www.iddsi.org>)

Açıklama/Özellikler

- Çatal veya kaşıkla yenebilir
- Birey çok iyi el kontrolüne sahipse, bazı durumlarda yemek çubukları ile yenebilir.
- Bir tabakta kepçeyle şekillendirilebilir (örn. top şeklinde)
- Ayrı ince sıvı içermeyen yumuşak ve nemlidir
- Gıdaların içinde görünen küçük topaklar şeklindedir
 - o Pediatrik, genişliği 2 mm'ye eşit veya daha az ve uzunluğu 8 mm'den kısa
 - o Yetişkin, genişliği 4 mm'ye eşit veya daha az ve uzunluğu 15 mm'den kısa
- Topakların dille ezilmesi kolaydır

Bu kıvamlılık seviyesi için fizyolojik gereklilikler

- Isırmak gerekli değildir
- Minimum çiğneme gereklidir
- Bu dokudaki yumuşak küçük parçacıkları ayırmak için tek başına dil kuvveti kullanılabilir
- Bolusu hareket ettirmek için dil kuvveti gereklidir
- Çiğneme sırasında ağrı veya yorgunluk hissedilebilir
- Eksik dişler, tam oturmayan protezler

TEST YÖNTEMİ

Çatal Basıncı testi

- Bir çatalla bastırıldığında, parçacıklar kolayca ayrılmalı ve çatalın dişlerinden/uçlarından geçmelidir.
- Çataldan gelen küçük bir basınçla kolayca ezilebilir [basınç, başparmak tırnağının beyazlamasına neden olmamalıdır]

Çatal Damlama testi

- Bir numune bir çatalla alındığında, bir yığın halinde oturur veya çatalın üzerine yerleşebilir ve bir çatalın dişlerinden/uçlarından kolayca veya tamamen akmaz veya düşmez.

Kaşık Eğme testi

- Kaşık üzerinde şeklini alacak kadar yapışkandır
- Kaşık eğilirse, yana çevrilirse veya hafifçe sallanırsa, kaşıktan kaymalı/dökülmeli/düşmelidir; örnek, kaşıқта çok az gıda kaldığında kolayca kaymalıdır; yani numune yapışkan olmamalıdır

- Kepçelenmiş bir tümsek yayılabilir veya bir plaka üzerinde çok az çökebilir

INDEED: "Disfaji (Yutma Bozukluğu) Durumundaki Bireyler için Beslenme Odaklı Yenilikçi

Eğitim ve Sağlık Araçları Proje N:2020-1-ES01-KA204-083288



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



TEST YÖNTEMİ



KIYILMIŞ & NEMLİ



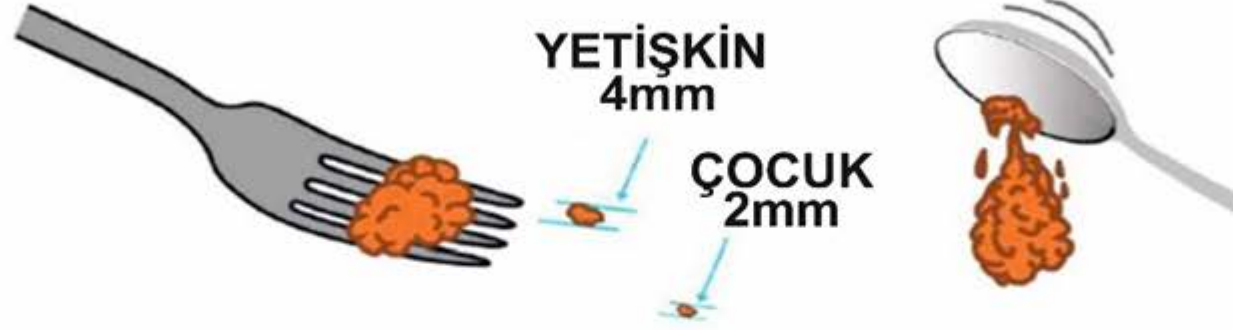
Kıyılmış parçaların doğru veya yanlış boyutta olup olmadığını belirlemek için çatal uçları (4 mm) arasındaki yuvayı kullanın.



Not - Seviye 5 Kıyılmış ve Nemli tüm yiyecekler için parça boyutu gereksinimleri:

- * Pediatrik, genişliği 2 mm'ye eşit veya daha az ve uzunluğu 8 mm'den fazla olmamalıdır
- * Yetişkin, 4 mm genişliğe eşit veya daha az ve 15 mm'den uzun olmamalıdır

Kıyılmış ve Nemli gıdalar üç testi de geçmelidir:



IDDSI Çatal Testi

Pediyatrik, genişliği 2 mm'ye eşit veya daha az ve uzunluğu 8 mm'den fazla olmamalıdır

Yetişkin, 4 mm'ye eşit veya daha az ve 15 mm'den uzun olmamalıdır

4 mm, standart bir yemek çatalının uçları arasındaki boşluktur.



Çatal veya kaşıkla kolayca ezilecek kadar yumuşak

Beyazlatmak için başparmak tırnağına *gerek yok*



IDDSI Kaşık Eğme Testi

Numune kaşık üzerinde şeklini korur ve kaşık eğilir veya hafifçe sallanırsa oldukça kolay düşer

Numune sert veya yapışkan **olmamalıdır**



(Kaynak: <https://unsplash.com>)



ET

- İnce kıyılmış* veya doğranmış*, yumuşak kıyma
 - o Pediatrik, genişliği 2 mm'ye eşit veya daha az ve uzunluğu 8 mm'den kısa
 - o Yetişkin, 4 mm genişliğe eşit veya daha az ve uzunluğu 15 mm'den kısa
 - Fazlalığı süzerek hafif, orta veya çok kıvamlı, pürüzsüz, sos veya sos içinde servis yapılır
- *Eğer dokusu ince kıyılmayacaksa püre haline getirilmelidir.

BALIK

- Hafif, orta veya çok kıvamlı pürüzsüz, sos veya sosta ince püre haline getirilmiş, fazlalık süzölmüştür
 - o Pediatrik, genişliği 2 mm'ye eşit veya daha az ve uzunluğu 8 mm'den kısa
 - o Yetişkin, 4 mm genişliğe eşit veya daha az ve 15 mm'den kısa

(Kaynak: <https://www.iddsi.org>)



KIYILMIŞ ve NEMLİ

MEYVE

- İnce kıyılmış veya doğranmış veya ezilmiş olarak servis yapın
- Fazla suyu boşaltın
- Gerekirse, hafif, orta veya çok kıvamlı pürüzsüz sos veya sos ile servis yapın VE fazla sıvıyı boşaltın. Hiçbir ince sıvı gıdalardan ayrılmamalıdır
o Pediatrik, genişliği 2 mm'ye eşit veya daha az ve uzunluğu 8 mm'den kısa
o Yetişkin, 4 mm genişliğe eşit veya daha az ve uzunluğu 15 mm'den kısa



SEBZELER

- İnce kıyılmış veya doğranmış veya ezilmiş olarak servis yapın
- Herhangi bir sıvıyı boşaltın
- Gerekirse, hafif, orta veya aşırı kıvamlı pürüzsüz sos veya sos ile servis yapın ve fazla sıvıyı boşaltın. Hiçbir ince sıvı gıdalardan ayrılmamalıdır
o Pediatrik, genişliği 2 mm'ye eşit veya daha az ve uzunluğu 8 mm'den kısa
o Yetişkin, 4 mm genişliğe eşit veya daha az ve uzunluğu 15 mm'den kısa



(Kaynak: <https://unsplash.com>)



KIYILMIŞ ve NEMLİ

MISIR GEVREĞİ

- Küçük yumuşak topaklarla kıvamlı ve pürüzsüzdür
- o Pediatrik, genişliği 2 mm'ye eşit veya daha az ve uzunluğu 8 mm'den kısa
- o Yetişkin, 4 mm genişliğe eşit veya daha az ve uzunluğu 15 mm'den kısa
- Doku tamamen yumuşatılmış
- Herhangi bir süt/sıvı mısır gevreğinden ayrılmamalıdır. Servis yapmadan önce fazla sıvıyı boşaltın



PİRİNÇ, KUŞKUS, KİNOA (ve benzeri gıda dokuları)

- Yapışkan veya yapışık değil
- Pişirildiğinde ve servis edildiğinde partikül halinde olmamalı veya ayrı tanelere ayrılmamalıdır.
- Pürüzsüz, hafif, orta veya çok kıvamlı sos ile servis yapın VE Sos, pirinç, kuskus, kinoa (ve benzeri gıda dokularından) ayrılmamalıdır. Servis yapmadan önce fazla sıvıyı boşaltın

(Kaynak: <https://unsplash.com>)



EKMEK

- Normal, kuru ekmek, sandviç veya herhangi bir tür tost kullanılmamalıdır
- IDDSI Seviye 5 Kıyılmış ve Nemli sandviç tarifi videosunu kullanın
<https://www.youtube.com/watch?v=W7bOufqmz18>
- Çok nemli ve tüm kıvamlılığı boyunca jelleşmiş, önceden jelleştirilmiş "ıslatılmış" ekmekler



(Kaynak: <https://www.iddsi.org>)

Açıklama/Özellikler

- Çatal, kaşık veya yemek çubuklarıyla yenebilir
- Çatal, kaşık veya yemek çubuklarının basıncıyla ezilebilir/parçalanabilir
- Bu yiyeceği kesmek için bıçak gerekmez, ancak çatal veya kaşık yerleştirmeye yardımcı olmak için kullanılabilir
- Tamamen yumuşak veya nemlidir ancak ayrı bir ince sıvı bulunmamaktadır
- Yutmadan önce çiğnemek gerekir
- Boyut ve sözlü işleme becerilerine uygun "ısırik büyüklüğünde" parçalar
 - o Pediatrik, 8 mm parçalar (en büyük)
 - o Yetişkinler, 15 mm = 1,5 cm parçalar (en fazla)

Bu kıvamlilik seviyesi için fizyolojik gereklilikler

- *Isırmak gerekli değildir*
- *Çiğneme gereklidir*
- *Boğulma riskini en aza indirmek için tasarlanmış gıda parçası boyutları*
- *Yiyeceği hareket ettirmek ve çiğneme ve ağızdan işleme açısından ağızda tutmak için dil kuvveti ve kontrolü gereklidir.*
- *Bolusu yutmak amacıyla hareket ettirmek için dil kuvveti gereklidir*
- *Çiğneme sırasında ağrı veya yorgunluk*
- *Eksik dişler, uygun olmayan protezler*

TEST YÖNTEMİ

Çatal Basıncı testi

- Yan tarafında tutulan bir çataldan gelen basınç, bu dokuyu "kesmek", parçalamak veya daha küçük parçalara ayırmak için kullanılabilir
- Başparmak tırnağı büyüklüğünde bir numune (1,5x1,5 cm) bir çatalın uçları ile başparmak tırnağının beyaza döndüğü bir basınca bastırıldığında, numune ezilir, parçalanır, şekil değiştirir ve geri dönmez çatal çıkarıldığında orijinal şekline döner.

Kaşık Basınç testi

- Kenarında tutulan bir kaşığın basıncı, bu dokuyu daha küçük parçalara ayırmak veya kesmek için kullanılabilir.
- Başparmak tırnağı büyüklüğündeki bir numuneye (1,5 cm x 1,5 cm) kaşık tabanı ile bastırıldığında, numune ezilir, parçalanır, şekil değiştirir ve kaşık çıkarıldığında orijinal şekline geri dönmez.

TEST YÖNTEMİ

Çatalların bulunmadığı yerler – Yemek çubuğu testi

- Bu dokuyu daha küçük parçalara ayırmak veya gıdaları delmek için yemek çubukları kullanılabilir.

Çatalların bulunmadığı yerler - Parmak testi

- Başparmak tırnağı büyüklüğünde (1,5 cm x 1,5 cm) bir numune kullanın. Bu dokunun bir örneğini, başparmak ve işaret parmaklarının tırnakları beyazlaşacak şekilde parmak basıncıyla ezmek mümkündür. Numune parçalanır ve basınç bırakıldığında ilk şekline geri dönmez.

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



Başparmak tırnağı
beyazlaşınca kadar bastırılır



Basınç uygulandığında
numune ezilir ve orijinal
şekline geri dönmez

Çocuklar için
8 mm x 8 mm'den
büyük olmayan
yiyecek parçaları



Yetişkinler için 1,5 cm x 1,5 cm
ısırık boyutundan daha büyük olmayan
yiyecek parçaları



Yumuşak ve Isırık Boyutunda
yiyecekler hem
yiyecek parçası boyutu
hem de yumuşaklık
testlerinden geçmelidir!



(Kaynak: <https://www.iddsi.org>)

INDEED: "Disfaji (Yutma Bozukluğu) Durumundaki Bireyler için Beslenme Odaklı Yenilikçi

Eğitim ve Sağlık Araçları Proje N:2020-1-ES01-KA204-083288



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

ET

- Pişmiş, yumuşak et aşağıdakilerden daha büyük değildir:
 - o Pediatrik, 8mm/adet
 - o Yetişkinler, 15 mm = 1,5 x 1,5 cm parçalar
- Hamur, 1,5 cm x 1,5 cm'de yumuşak ve yumuşak olarak servis edilemiyorsa (çatal/kaşık basınç testi ile onaylandığı gibi), kıyılmış ve nemli olarak servis yapın.

BALIK

- Çatal, kaşık veya yemek çubukları ile küçük parçalara ayrılacak kadar yumuşak pişmiş balık
 - o Pediatrik, 8mm/adet
 - o Yetişkinler, 15 mm = 1,5 cm adet
- Kemik veya sert deri yok



(Kaynak: <https://unsplash.com>)

GÜVEÇ/GÜVEÇ/KÖRİ

- Sıvı kısım (ör. sos) kıvamlı olmalıdır (klinikisyen tavsiyelerine göre)
- Son pişirilen parçalar yumuşak ve en fazla 10 cm'den büyük değilse et, balık veya sebze içerebilir.
- Sert topaklar yok

İNDEED: "Disfaji (Yutma Bozukluğu) Durumundaki Bireyler için Beslenme Odaklı Yenilikçi

Eğitim ve Sağlık Araçları Proje N:2020-1-ES01-KA204-083288

Not- Seviye 6 yumuşak ve ısırık boyutundaki tüm seviyeler için gıda boyutu gereksinimleri:

* Pediatrik, 8mm / adet

*Yetişkin, 15mm =1,5cm/ adet



(Kaynak: <https://unsplash.com>)

- Yumuşak ve ısırık büyüklüğünde parçalar halinde kesilemiyorsa kıyılmış veya püre

- o Pediatrik, 8mm/adet

- o Yetişkinler, 15 mm = 1,5 cm adet

- Meyvenin lifli kısımları uygun değildir

- Fazla suyu boşaltın

- Çiğneme sırasında meyve suyunun ağızda katıdan ayrıldığı yüksek su içeriğine sahip meyveleri (örn. karpuz) yönetme konusundaki bireysel yeteneği değerlendirin

SEBZELER

- Haşlanmış veya buharda pişirilmiş sebzeler, son pişmiş boyutunda

- o Pediatrik, 8mm/adet

- o Yetişkinler, 15 mm = 1,5 cm adet

- Karıştırarak kızartılmış sebzeler çok sert olabilir ve yumuşak veya yumuşak olmayabilir. Çatal/kaşık basınç testi ile yumuşaklığı kontrol edin

MISIR GEVREĞİ

- Daha büyük olmayan yumuşak topaklarla pürüzsüz

- o Pediatrik, 8mm adet

- o Yetişkinler, 15 mm = 1,5 cm adet

- Doku tamamen yumuşatılmış

- Fazla süt veya sıvı boşaltılmalı ve/veya klinisyen tarafından önerilen kıvamlılığa kadar kıvamlaştırılmalıdır.

İNDEED: "Disfaji (Yutma Bozukluğu) Durumundaki Bireyler için Beslenme Odaklı Yenilikçi

Eğitim ve Sağlık Araçları Proje N:2020-1-ES01-KA204-083288



(Kaynak: <https://unsplash.com>)



(Kaynak: <https://unsplash.com>)



(Kaynak: <https://unsplash.com>)



YUMUŞAK VE ISIRIK BOYUTUNDA

EKMEK

- Normal kuru ekmek, sandviç veya herhangi bir çeşit tost kullanılmamalıdır
- Düzey 6 Yumuşak ve ısırık boyutu gereksinimlerini karşılayan ekmek hazırlamak ve dolguya eklemek için IDDSI Düzey 5 Kıyılmış ve Nemli sandviç tarifi videosunu kullanın
- Çok nemli ve tüm kıvamlılığı boyunca jelleşmiş, önceden jelleştirilmiş "ıslatılmış" ekmekler

PİRİNÇ, KUŞKUS, KİNOA (ve benzeri gıda dokuları)

- Parçacıklı/taneli, yapışkan veya yapışık değil



(Kaynak: <https://www.iddsi.org>)

Açıklama/Özellikler

- Gelişimsel ve yaşa uygun, yumuşak/hassas dokulu normal, günlük gıdalar
- Bu gıdaları yemek için herhangi bir yöntem kullanılabilir.
- Numune boyutu Seviye 7'de sınırlandırılmamıştır, bu nedenle gıdalar çeşitli boyutlarda olabilir
 - o 8 mm'den küçük veya büyük parçalar (Pediatrik)
 - o 15 mm'den küçük veya daha büyük = 1,5 cm parçalar (Yetişkinler)
- Şunları içermez: sert, sert, çiğnenebilir, lifli, lifli, gevrek veya ufalanan parçalar, çekirdekler, tohumlar, meyvenin lifli kısımları, kabuklar veya kemikler
- Düzey 0 için güvenliyse ve klinisyenin takdirine bağlı olarak "çift kıvamlı" veya "karışık kıvamlı" gıdaları ve sıvıları içerebilir.
- Seviye 0 için güvenli değilse ince, sıvı kısım klinisyenin tavsiye ettiği kıvamlılık seviyesine kadar kıvamlılaştırılabilir



KOLAY ÇİĞNEMEK

Bu kıvançlılık seviyesi için fizyolojik gereklilikler

- Yumuşak gıdalari ısırma ve bireyin "yutmaya hazır" yumuşak yapışkan bir top/bolus oluşturmaya yetecek kadar uzun süre gıdalari çiğneme ve ağız yoluyla işleme becerisi gerektirir. Mutlaka diş gerektirmez.
- Yumuşak/hassas gıdalari kolayca yormadan çiğneme ve ağızdan işleme becerisi gerektirir
- Sert ve/veya çiğnenebilir gıdalari çiğnemeyi ve yutmayı zor veya ağrılı bulan bireyler için uygun olabilir
- Gıda parçaları herhangi bir boyutta olabileceğinden, bu seviye klinik olarak yüksek boğulma riski olan bireyler için boğulma riski oluşturabilir. Gıda parçası boyutlarını kısıtlamak, boğulma riskini en aza indirmeyi amaçlar (ör. Düzey 4 Püre, Düzey 5 Kıyılmış ve Nemli, Düzey 6 Yumuşak ve Isırma boyutunda boğulma riskini en aza indirmek için gıda parçası boyutu kısıtlamaları vardır)
- Bu seviye, kalifiye klinisyenler tarafından gelişimsel öğretim veya daha gelişmiş çiğneme becerileri gerektiren gıdalara geçiş için kullanılabilir.
- **Bireyin güvenli bir şekilde yemek yemesi için gözetime ihtiyacı varsa, bu doku seviyesini kullanmadan önce bireyin gıda dokusu ihtiyaçlarını ve güvenlik için yemek zamanı planını belirlemek için kalifiye bir klinisyene danışın.**
- Bireyler, çiğneme ve yutma sorunları ve/veya güvenli olmayan yemek zamanı davranışları nedeniyle gözetim olmadan yemek yeme konusunda güvensiz olabilirler. Güvenli olmayan yemek zamanı davranışları çok iyi çiğnememek, ağıza çok fazla gıda koymak, çok hızlı yemek yemek veya büyük ağız dolusu gıdalari yutmak, çiğneme yeteneğini kendi kendine izleyememek gibidir.
- Disfaji durumunda olan bireyin ihtiyaçları, istekleri ve süpervizyon gereksinimleri için özel tavsiyeler için klinisyenlere danışılmalıdır.
- **Yemek zamanı denetiminin gerekli olduğu durumlarda, bu seviye yalnızca nitelikli bir klinisyenin katı tavsiyesi ve**

INDEED: "Disfaji (Yutma Bozukluğu) Durumundaki Bireyler için Beslenme Odaklı Yenilikçi yazılı rehberliği altında kullanılmalıdır.
Eğitim ve Sağlık Araçları Proje N:2020-1-ES01-KA204-083288



TEST YÖNTEMLERİ

Çatal Basıncı testi

- Yan tarafında tutulan bir çataldan gelen basınç, bu dokuyu "kesmek", parçalamak veya daha küçük parçalara ayırmak için kullanılabilir
- Başparmak tırnağı büyüklüğünde (1.5x1.5cm) bir numune, başparmak tırnağının beyazlaşacağı bir basınca çatalın uçlarıyla bastırıldığında, numune ezilir, parçalanır, şekil değiştirir ve çatal çıkarıldığında orijinal haline dönmez.

Kaşık Basınç testi

- Kenarında tutulan bir kaşıktan gelen basınç, bu dokuyu "kesmek", kırmak veya daha küçük parçalara ayırmak için kullanılabilir
- Başparmak tırnağı büyüklüğünde (1.5x1.5cm) bir numune, bir kaşık tabanı ile başparmak tırnağının beyazlaştığı bir basınca bastırıldığında, numune ezilir, parçalanır, şekil değiştirir ve kaşık çıkarıldığında orijinal haline dönmez.

TEST YÖNTEMLERİ

Çatalların bulunmadığı yerler – Yemek Çubuğu testi

- Bu testi yaparken bir dokuyu delmek için yemek çubukları kullanılabilir

Çatalların bulunmadığı yerler - Parmak testi

- Bu testi yapmak için başparmak tırnağı büyüklüğünde (1,5x1,5 cm) bir numune kullanın. Bu dokunun bir örneğini, başparmak ve işaret parmaklarının tırnakları beyazlaşacak şekilde parmak basıncıyla ezmek mümkündür. Numune ezilir ve parçalanır ve basınç bırakıldığında ilk şekline geri dönmez.

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

Çiğnenmesi kolay yiyecekler çatal veya kaşık tarafıyla kolayca parçalanmalı ve Çatal Basınç Testinden geçmelidir.



KOLAY ÇİĞNEMEK



Çatal veya kaşığın kenarı ile yiyecekleri kolayca parçalayabilmeli

IDDSI Çatal Basınç Testi

Yiyeceğin yeterince yumuşak olduğundan emin olmak için, başparmak tırnağı beyazlaşınca kadar çatalı bastırın, ardından yemeğin tamamen ezildiğini ve şeklini yeniden kazanmadığını görmek için çatalı kaldırın.



(Kaynak: <https://www.iddsi.org>)

(Kaynak: <https://www.iddsi.org>)

INDEED: "Disfaji (Yutma Bozukluğu) Durumundaki Bireyler için Beslenme Odaklı Yenilikçi

Eğitim ve Sağlık Araçları Proje N:2020-1-ES01-KA204-083288



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



KOLAY ÇİĞNEMEK

- Sunuma kadar pişirilir
- Doku yumuşak ve hassas şekilde servis edilei

BALIK

- Çatal, kaşık veya yemek çubukları ile küçük parçalara ayrılabilir kadar yumuşak pişmiş balık

GÜVEÇ/GÜVEÇ/KÖRİ

- Son pişmiş parçalar yumuşak ve hassassa et, balık, sebze veya bunların kombinasyonlarını içerebilir.
- Hafif, orta derecede, aşırı kıvamlı sosta servis yapın VE fazla sıvıyı boşaltın
- Sert topaklar bulunmamaktadır

MEYVE

- Çatalın veya kaşığın kenarıyla kesilecek veya daha küçük parçalara ayrılacak kadar yumuşak olmalıdır. Meyvenin lifli kısımlarını kullanmayın (örneğin kalın beyaz kısmı).

SEBZELER

- Sebzeleri yumuşayana kadar buharda pişirin veya kaynatın. Karıştırarak kızartılmış sebzeler bu seviye için fazla katı olabilir. Çatal/kaşık basınç testi ile yumuşaklığı kontrol edin

İNDEED: "Disfaji (Yutma Bozukluğu) Durumundaki Bireyler için Beslenme Odaklı Yenilikçi

Eğitim ve Sağlık Araçları Proje N:2020-1-ES01-KA204-083288



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



KOLAY ÇİĞNEMEK

MISIR GEVREĞİ

- Yumuşatılmış doku ile servis edilir
- Fazla sütü veya sıvıyı boşaltın ve/veya klinisyen tarafından önerilen kıvamlılığa kadar kıvamlılaştırın

EKMEK

- Klinisyenin takdirine bağlı olarak çatal veya kaşığın kenarıyla kesilebilen veya daha küçük parçalara ayrılabilen ekmek, sandviç ve tost temin edilebilir.

PİRİNÇ, KUŞKUS, KİNOA (ve benzeri gıda dokuları)

- Özel talimat bulunmamaktadır.



(Kaynak: <https://www.iddsi.org>)



(Kaynak: <https://unsplash.com>)

- Gelişimsel ve yaşa uygun, çeşitli dokularda normal, günlük gıdalar
- Bu gıdaları yemek için herhangi bir yöntem kullanılabilir.
- Gıdalar sert ve gevrek veya doğal olarak yumuşak olabilir.
- Numune boyutu Seviye 7'de sınırlı değildir, bu nedenle gıdalar çeşitli boyutlarda olabilir.
- Sert, sert, çiğnenebilir, lifli, lifli, kuru, gevrek, gevrek veya ufalanan parçalar içerir
- Çekirdek, tohum, derinin içindeki öz, kabuk veya kemik içeren gıdaları içerir
- "Çift kıvamlı" veya "karışık kıvamlı" gıda ve sıvıları içerir

Bu kıvamlılık seviyesi için fizyolojik gereklilikler

- Sert veya yumuşak gıdaları ısırma ve "yutmaya hazır" yumuşak yapışkan bir top/bolus oluşturacak kadar uzun süre çiğneme yeteneği
- Tüm gıda dokularını kolayca yorulmadan çiğneme yeteneği
- Güvenli bir şekilde yutulamayan kemiği veya kıkırdağı ağızdan çıkarma yeteneği

Test yöntemleri

- Uygulanamaz

Kaynaklar

1. <https://www.iddsi.org/ReKaynaks/Patient-Handouts>
2. <https://www.iddsi.org/ReKaynaks/Audit-Tools>
3. <https://www.youtube.com/watch?v=peiLPtnmEsA>
4. <https://www.lybrate.com/topic/dysphagia-diet#food-items-you-can-easily-consume>
5. <https://iddsi.org/framework/food-testing-methods/>
6. <https://www.youtube.com/watch?v=W7bOufqmz18>

Kaynaklar

IDDSI YouTube Kanalını ZİYARET EDİN

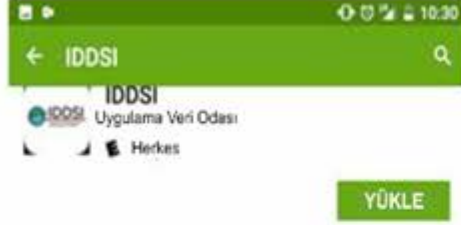
IDDSI , web seminerleri ve kayıtlı web seminerleri sunmaktadır

www.iddsi.org/resources



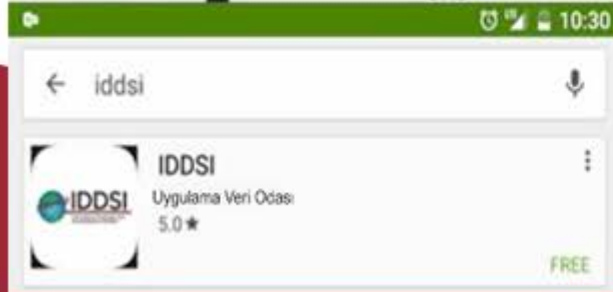
Kaynaklar

Android & iOS - Akıllı Telefonlar ve Tabletler için



Android kullanıcıları için mevcut IDDSI çerçevesi.

DEVAMINI OKU



Aktivite tablosu



Etkinlik 60 dakika sürer



Faaliyetin hedefleri - yiyecek ve içecek seviyelerinin tespiti için basit ölçüm yöntemlerinin uygulanması



Teorik anlatım ve uygulamalı etkinlik



Yiyecek, yemek, içecek, 10 mL slip uçlu şırınga, çatal, kaşık ihtiyaç bulunmaktadır.



Çevrimiçi veya canlı

Düşünme Zamanı

Sorusu olan?



Gözden Geçirme



Oturumu Değerlendirin

Bugün ne öğrendiniz?

Öğrendiklerini nasıl uygulayacaksınız?

Sıradaki ne?

Geri Bildirim



Bu atölyeye kaç yıldız
verirsiniz (1'den 5'e)?



Hangi makul değışikliğı
önerirsiniz?



EN ÇOK neyi beğendiniz?



EN AZ neyi beğendiniz?

Indeed Ortakları



<https://indeed-project.org/>

