Dokumentets syfte

Säkerställa att specialkosttermer används likadant av all personal i verksamheten.

Dokumentet gäller för

**Sjuksköterskor** ansvarar för att ordinera specialkost utifrån våra kunders behov och att termer används som är enligt den här rutinen.

**Kökspersonal** ansvarar för att tillaga den specialkost som ordinerats av sjuksköterskan.

# Benämningar

Nedan följer en sammanställning på våra vanligast förekommande *allergier, konsistensanpassningar* samt *näringstät kost*. På ordination från sjuksköterska kan ytterligare anpassningar ske utifrån kundens behov och då ska sjuksköterskan och kökspersonal samverka för att säkerställa att maten tillagas enligt ordination.

**Allergier**

Nedan presenteras en lista på de vanligaste allergener enligt Livsmedelsverket och dessa termer användas vid behov i kostdataprogrammet Matildas kommentarsfält i personregistret med rubrik **Allergi** följt av:

* Laktosprodukter
* Mjölkprotein
* Gluten
* Ägg
* Fisk
* Skaldjur
* Nötter
* Soja

**Konsistensanpassning**

Nedan presenteras en lista på de vanligaste konsistensanpassningar enligt Livsmedelsverket och Vårdhandboken. Vid ordination från sjuksköterska ska dessa termer användas i kostdataprogrammet Matilda.

För mer utförlig förklaring av konsistensanpassningarna, se sida 3.

* Hel och delad
* Grov paté
* Passerad
* Timbal
* Gelé
* Flytande
* Tjockflytande
* Dryck

**Berikning**

Kunder kan bli ordinerad mat som ska vara extra näringstät. Detta ska benämnas i Matilda på följande sätt enligt den kursiva termen:

* *Näringstät halvportion* – innebörden är att den halva porten ska innehålla lika mycket näring som en hel portion.
* *Näringstät helportion* – innebörden är att det ska tillagas en normal portion men innehålla mer näring än ekost.
* *Proteinberikning* – utgångspunkten är normal ekost men med extra proteinberikning.

**Övrig viktig information**

Exempel på övrig viktig information kan vara:

* Extra sås
* Reducering av salt/protein/fett mm.

# Utförande

Kökspersonal kan delegera utförandet av *Hel och delad kost* samt *Grov paté* till omvårdnadspersonalen. Om konsistensanpassning ska utföras av omvårdnadsperson så ska detta förankras på följande sätt:

* I samband med morgonrapporten på Sofiero och Sjötäppan ska köksansvariga informera om en konsistensanpassning ska göras på avdelningarna beroende på dagens meny.
* På Ektorp utförs all *Hel och delad kost* samt *Grov paté* på avdelningarna om maten inte redan är anpassad när den kommer från köket.

# Utförlig förklaring av de olika konsistensanpassningarna

**Hel och delad**

Hel och delad innebär mat med normal konsistens som vid behov delas på tallriken. Exempel på maträtter är helt eller delat kött, hel fisk, färs eller korvrätter, grönsaker, potatis, sås och dryck. Personer som besväras av muntorrhet kan behöva mycket sås till maten för att kunna svälja lättare.

**Grov paté (kan även kallas lättuggad eller finfördelad)**

Grov patékonsistens är lämplig vid lättare ätsvårigheter, motoriska problem och orkeslöshet. Den karaktäriseras av en luftig, mjuk och grovkornig konsistens, till exempel som saftig köttfärslimpa. Den ska vara lätt att dela och äta med gaffel. Exempel på maträtter med denna konsistens är grov köttpaté eller hel kokt fisk, grov grönsakspaté eller välkokta grönsaker, hel eller pressad potatis och sås.

**Passerad**

Passerad kost är lämplig vid svårare ätsvårigheter, motoriska problem och orkeslöshet (av ssk bedömd sväljsvårighet och anpassning som ej kräver tillagade timbaler). Exempel potatismos, puré av kött med sås, grönsakspuréer, Inga hela bitar får finnas, ej heller ex hela lingon i sylt. Med fördel serveras passerad kost med mycket sås.

**Timbal**

Timbalkonsistens är lämplig vid uttalade tugg- och sväljsvårigheter. Den kräver ingen grundligare bearbetning i munnen men håller ihop, vilket underlättar vid störd tung- och munmotorik. Den kan fungera för dem som hamstrar mat i kinderna eller äter långsamt. Konsistensen karaktäriseras av att vara mjuk, slät, kort (lätt att dela i munnen) och sammanhållen av typ omelett, och maten kan ätas med gaffel eller sked. Exempel på maträtter är kött- eller fisktimbal, grönsakstimbal eller -puré, potatismos eller pressad potatis och sås. Det underlättar ofta att äta om maten serveras med mycket sås. För att inga småpartiklar från maten ska kunna fastna i lungorna lagas timbalkonsistensen av finpasserade puréer. Då blir konsistensen jämn och det finns inga småbitar i maten. Timbalkonsistens har måttlig grad av tuggmotstånd och homogen konsistens samt är mer porös än grov paté.

**Gelé**

Gelékonsistens lämpar sig vid allvarliga sväljsvårigheter, en trögutlöst sväljreflex och skadad eller känslig munhåla. För en del personer med grava tugg- och sväljproblem, där enteral (ex genom sondmat) står för huvuddelen av personens energi- och näringsintag, kan små portioner av gelékonsistens vara ett värdefullt komplement genom att ge personen möjlighet till en smakupplevelse och till att dela gemenskapen vid måltiden. Kosten karaktäriseras av mjuk och hal konsistens så att den är lätt att äta även vid uttalade sväljproblem. Mat med gelékonsistens kan ätas med gaffel eller sked. Exempel på maträtter är kall kött- eller fiskgelé, grönsakspuré eller kall grönsaksgelé, potatismos och tjockflytande sås. Bra exempel är gräddfils-, hollandaise- och vaniljsåskonsistens. Det är ofta lättare att äta med mycket sås till maten. Gelé tillagas av finpasserade puréer och gelatin. Därför är gelékonsistens dallrig och homogen. Den smälter i munnen, till skillnad från grov paté och timbal. Det är extra viktigt att iaktta goda hygienrutiner vid tillagning av gelékost eftersom den serveras kall. Gelékost ordineras av logoped.

**Flytande**

Flytande konsistens är lämplig vid förträngningar eller skador i svalg och matstrupe. Konsistensen karaktäriseras av att vara slät och rinnande, som tomatsoppa. Exempel på maträtter är släta, berikade kött-, fisk- eller grönsakssoppor, både varma och kalla. Flytande konsistens är mindre krämig än tjockflytande.

**Tjockflytande**

Vid sväljsvårigheter kan tjockflytande konsistens upplevas som lättare att svälja än tunnflytande. Den kan vara lättare att hantera i munnen och att få ner i matstrupen. Tjockflytande konsistens och gelékonsistens har visat sig fungera bra vid förlamning i svalget (svalgpares) i samband med stroke. Konsistensen är slät och trögflytande, ungefär som gräddfil. Den droppar från skeden, men kan inte ätas med gaffel. Exempel på maträtter är berikad, tjockflytande kött-, fisk- eller grönsakssoppa. Konsistensen ska vara helt slät så att inga småbitar finns i soppan.

**Dryck**

Personer med dysfagi kan ha svårt att täcka behovet av vätska. Förtjockning av tunnflytande dryck kan underlätta sväljningen. Vanligen kan förtjockningsmedel blandas i både kalla och varma puréer och vätskor. Olika typer skiljer sig åt beträffande lättlöslighet och hanterlighet. Störst betydelse har dessa produkter när det gäller drycker, men även smörgås, kex och andra smuliga livsmedel kan blötas upp med hjälp av förtjockningsmedel utrört i vätska och på så sätt få en mer lättsvald konsistens. Det är viktigt att följa de råd och anvisningar som foniater/logoped ger och att individuellt prova ut vilken grad av förtjockning av dryck som behövs. För en del patienter räcker det att bara göra drycken lätt ”simmig”, medan andra kan behöva högre viskositet (mer trögflytande) motsvarande filmjölk eller nyponsoppa. Kolsyrad dryck upplevs som lättare att svälja av många. Kolsyran bidrar också till att rensa upp mat som finns kvar i mun och svalg.

Ansvarig för dokumentet  
Ledningsgruppen för affärsområde äldre, Välfärd samhällsservice  
2024-12-08