

# Veilig eten en drinken als kauwen of slikken moeilijk is

Jij hebt moeite met kauwen en/of slikken. Daarom wordt de dikte van het eten en drinken aangepast. Eten kunnen we vloeibaarder maken. Drinken kunnen we verdikken. Zodat het kauwen en slikken makkelijker voor je wordt.

Amsterdam UMC werkt voor de verschillende diktes met zogeheten IDDSI\*-levels. De IDDSI-levels geven aan welk eten en drinken je mag hebben.

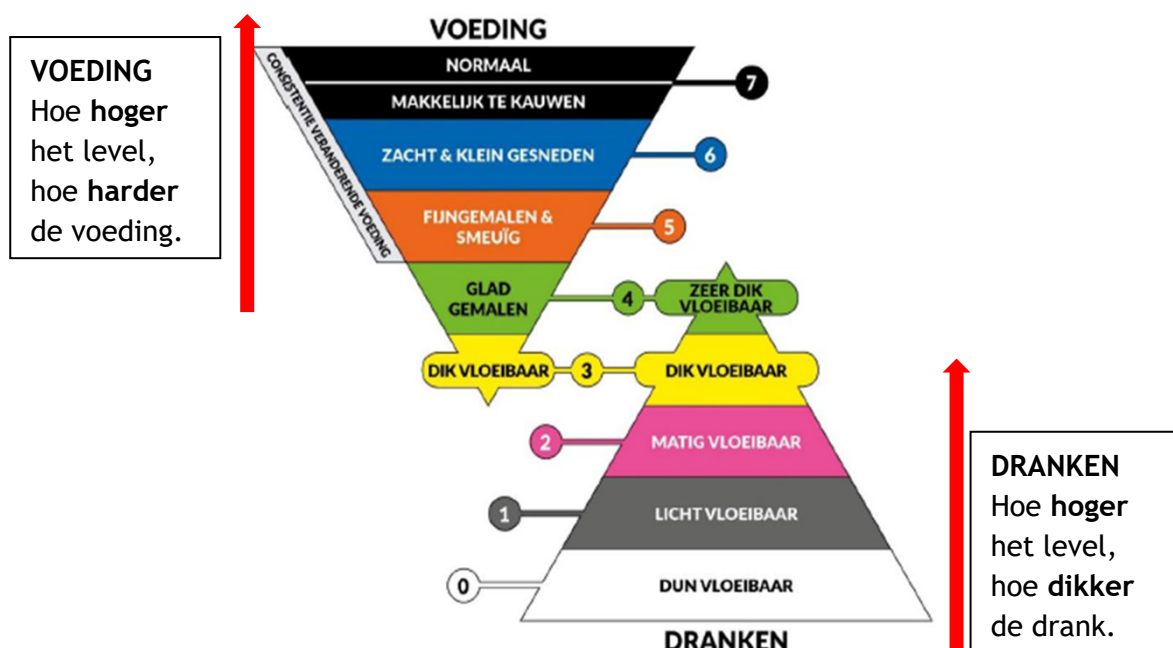
## Jouw advies

### Drinken en/of eten in IDDSI-level(s):

0 1 2 3 4 5 6 7a 7b

### Volg dit advies tot de volgende afspraak.

In de twee piramides hieronder staan de IDDSI-levels



\*International Dysphagia Diet Standardisation Initiative ([www.iddsi.org](http://www.iddsi.org)).

## Voorbeelden eten en drinken per IDDSI-level

Dranken	Voorbeelden
0 - dun vloeibaar	Melk, appelsap, water, thee
1 - licht vloeibaar	Karnemelk, tomatensap
2 - matig vloeibaar	Drinkyoghurt, smoothie, kefir
Eten of drinken	Voorbeelden
3 - dik vloeibaar	Volle yoghurt, vanillevla
4 - zeer dik vloeibaar / glad gemalen	Kwark, IJslandse yoghurt, humus
Eten	Voorbeelden
5 - fijngemalen en smeug	Aardappelpuree, hüttenkäse, rijstepap
6 - zacht en klein gesneden	Kleingesneden banaan of omelet, zachtgekookte macaroni
7a - makkelijk te kauwen	Zachtgekookte broccoli, brood zonder korst
7b - normaal	Brood met korst, soep met balletjes, appel

### Heb je vragen?

E-mail : [logopedie-kinderen@amsterdamumc.nl](mailto:logopedie-kinderen@amsterdamumc.nl)

Telefoon : 020-5668050