

國際吞嚥障礙飲食標準化創辦組織 (IDDSI)

完整 IDDSI 框架及詳細定義

2.0 | 2019

簡介

國際吞嚥障礙飲食標準化創辦組織 (The International Dysphagia Diet Standardisation Initiative 簡稱 IDDSI) 於 2013 年成立，積極為吞嚥障礙患者定立全球公認的食物質地及液體濃稠度定義，為處於不同年齡階段、護理環境及文化的吞嚥障礙患者服務。

經過三年來的努力，國際吞嚥障礙飲食標準化委員會 (International Dysphagia Diet Standardisation Committee) 於 2016 年訂立、2017 年出版了一套適用於吞嚥障礙患者的飲食框架。框架由八個連續等級 (0-7) 組成，每個等級均以數字、文字描述及顏色作為區別。[請參考: Cichero JAY, Lam P, Steele CM, Hanson B, Chen J, Dantas RO, Duivesteyn J, Kayashita J, Lecko C, Murray J, Pillay M, Riquelme L, Stanschus S. (2017) Development of international terminology and definitions for texture-modified foods and thickened fluids used in dysphagia management: The IDDSI Framework. *Dysphagia*, 32:293-314. <https://link.springer.com/article/10.1007/s00455-016-9758-y>]

國際吞嚥障礙飲食標準 (IDDSI) 完整框架及詳細定義 (2019) 是繼 2016 年版本後最新的更新版本。此文件提供 IDDSI 框架內所有等級的詳細描述。描述內容由簡易的量度方法組成，用於確認食物的濃稠等級，適合吞嚥障礙的患者、看護人員、臨床醫護人員、飲食界專業人士或企業使用。

本文件需與下列文件閱讀 (<http://iddsi.org/framework/>) : 《IDDSI 測試方法 2019》、《IDDSI 證據闡述 2019》及《IDDSI 常見問題 (FAQs) 2019》。

IDDSI 的飲食框架為食物質地和飲品的濃稠度提供通用術語。多個 IDDSI 的測試方法令用家可以即場檢驗食物質地或飲品的濃稠度。測試時與飲食時的食物或飲品狀態應是相符，尤其是食物或飲品的溫度。臨床專業人士需透過詳細的臨床評估及了解患者需要來訂立個人化的飲食建議。

IDDSI 委員會在此感謝參與本項目的人士，參與者來自全球各地，包括患者、看護人員、醫療人員、企業、專業組織及研究人員。我們感謝所有贊助單位的慷慨支持。

詳情可瀏覽 <https://iddsi.org/>

國際吞嚥障礙飲食標準化委員會

國際吞嚥障礙飲食標準化委員會是由一群不受報酬的志願者成立的。
成員們提供寶貴的专业知識和時間，力求造福國際社會。

聯合主席：Peter Lam (加拿大) 及 Julie Cichero (澳洲) -

理事會成員：Jianshe Chen (中國)，Roberto Dantas (巴西)，Janice Duivesteyn (加拿大)，Ben Hanson (英國)，Jun Kayashita (日本)，Mershen Pillay (南非)，Luis Riquelme (美國)，Catriona Steele (加拿大)，Jan Vanderwegen (比利時)

前理事會成員：Joseph Murray (美國)，Caroline Lecko (英國)，Soenke Stanschus (德國)

特別感謝以下中文翻譯小組成員讓一份全球適用的 IDDSI 中文版本得以實現：
(排名以姓名字母為序)

陳文琪
香港大學吞嚥研究所 (副教授 / 言語治療師)

陳建設
浙江工商大學食品與生物工程學院 (教授)

陳慧君
國立臺灣大學醫學院附設醫院 (註冊營養師)

鄭千惠
國立臺灣大學醫學院附設醫院 (註冊營養師)
台灣咀嚼吞嚥障礙醫學學會 (常務理事)

許家甄
馬偕醫學院聽力暨語言治療學系 (助理教授 / 語言治療師)

鄭伊蘭
香港理工大學中文及雙語學系 (助理教授 / 言語治療師)

李燕珊
新加坡中央醫院 (語言言語治療師)

白慧萍
新加坡中央醫院 (語言言語治療師)

黃靖雯
新加坡理工大學 / 新加坡中央醫院 (副教授 / 語言言語治療師)

王如蜜
中南大學湘雅二醫院康復醫學科(言語治療師)

國際吞嚥障礙飲食標準化創辦組織股份有限公司(IDDSI Inc.) 是一個獨立的非牟利組織。IDDSI 幸獲眾多機構、組織及企業合作夥伴提供財政及各項支持。贊助單位並無參與 IDDSI 框架的設計及研發過程。

IDDSI 框架仍在推行。IDDSI 向所有協助推行的贊助單位表達深切謝意。

<http://iddsi.org/about-us/sponsors/>



稀薄



描述 / 特徵

- 如水般流動
- 流動迅速
- 根據適用年齡和能力，可使用任何種類的奶嘴、杯或飲管飲用

此稠度等級的進食能力考慮

- 有能力安全飲用各類液態飲品

測試方法

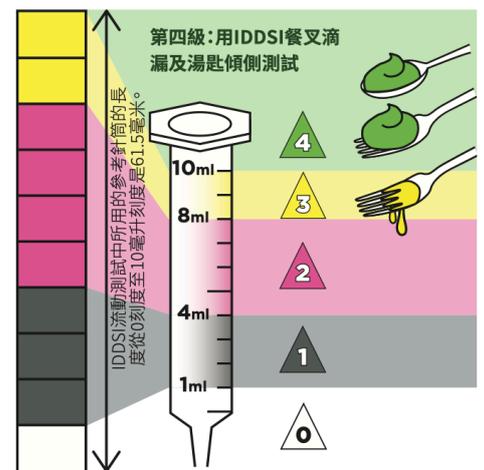
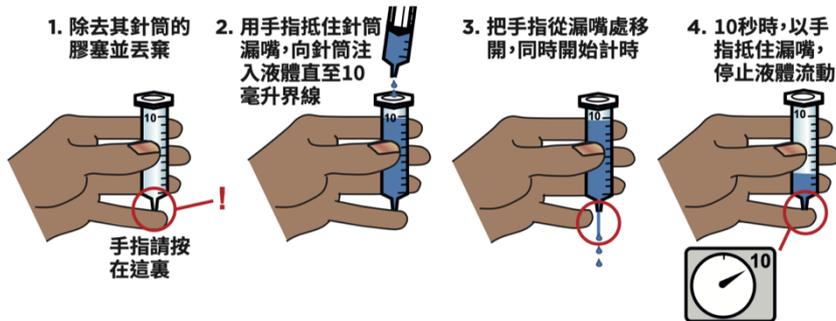
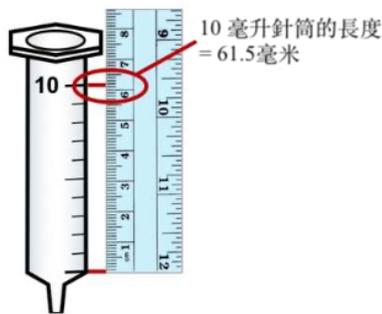
查看《IDDSI 測試方法》或瀏覽 <https://iddsi.org/framework/food-testing-methods/>

IDDSI 流動測試*

- 測試液體於 10 秒內徹底流出，並剩餘少於 1 毫升液體於針筒內。（見 IDDSI 流動測試指示*）

#在進行 IDDSI 流動測試前... ..

請務必檢查該針筒的長度是否與圖例相同



IDDSI 框架及詳細定義均已獲得

Creative Commons Attribution--Sharealike 4.0 國際許可

<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>

IDDSI 2.0 | July, 2019

1

極微稠 (杰)

<p>描述 / 特徵</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 比水稍微濃稠 • 較稀薄液體稍微需要用力飲用 • 可用飲管、餵食針筒或奶嘴飲用 • 濃稠度接近市面售賣的 AR (anti-regurgitation) 防吐配方初生嬰兒奶粉
<p>此稠度等級的進食能力考慮</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 普遍用於增加嬰幼兒飲品的稠度來降低液體流動速度，但仍能通過用奶嘴吸啜飲用。需要因應個別狀況，考慮奶嘴的流速是否合適。 • 由於流動速度比稀薄液體慢，也適用於欠缺足夠口部協調去處理稀薄液體的成年人
<p>測試方法</p> <p>查看《IDDSI 測試方法》或瀏覽 https://iddsi.org/framework/food-testing-methods/</p>	
<p>IDDSI 流動測試[#]</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 測試液體於 10 秒內流出 10 毫升針筒，並剩餘 1-4 毫升液體於針筒內（見 IDDSI 流動測試指示[#]）

#在進行 IDDSI 流動測試前... ..

請**務必**檢查該針筒的長度是否與圖例相同



10 毫升針筒的長度 = 61.5 毫米

1. 除去其針筒的膠塞並丟棄



手指請按在這裏

2. 用手指抵住針筒漏嘴，向針筒注入液體直至 10 毫升界線

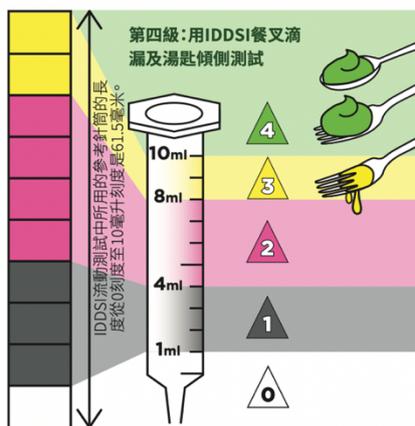


3. 把手指從漏嘴處移開，同時開始計時



4. 10 秒時，以手指抵住漏嘴，停止液體流動





第四級: 用 IDDSI 餐叉滴漏及湯匙傾側測試

IDDSI 流動測試中所用的參考針筒的長度從 0 刻度至 10 毫升刻度是 61.5 毫米。

© IDDSI 2020

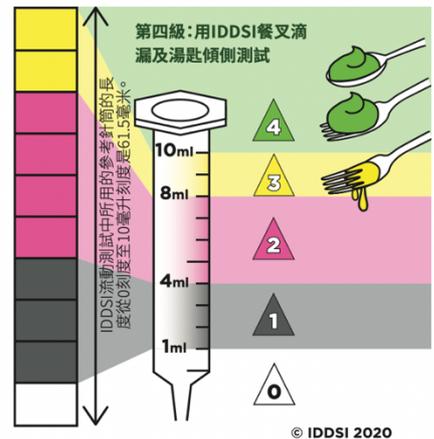
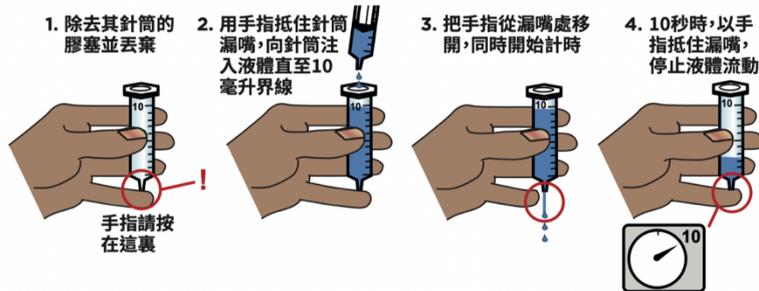
2

低度稠 (杰)



<p>描述 / 特徵</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 可從傾側的匙羹向下流出 • 可啜飲，並可從匙羹迅速倒出，但速度比稀薄液體慢 • 需要稍為用力才能從標準口徑的飲管吸啜飲用（標準口徑飲管 = 0.209 英寸或 5.3 毫米）
<p>此稠度適合的生理狀況</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 如果無法安全飲用流速太快的稀薄液體，利用低度稠 (杰) 可減慢流動速度。 • 或適用於舌頭控制稍弱的人士
<p>測試方法</p> <p>查看《IDDSI 測試方法》或瀏覽 http://iddsi.org/framework/drink-testing-methods/</p>	
<p>IDDSI 流動測試*</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 測試液體於 10 秒內流出 10 毫升針筒，會剩餘 4-8 毫升液體於針筒內（見 IDDSI 流動測試指示*）

#在進行 IDDSI 流動測試前... ..
請務必檢查該針筒的長度是否與圖例相同

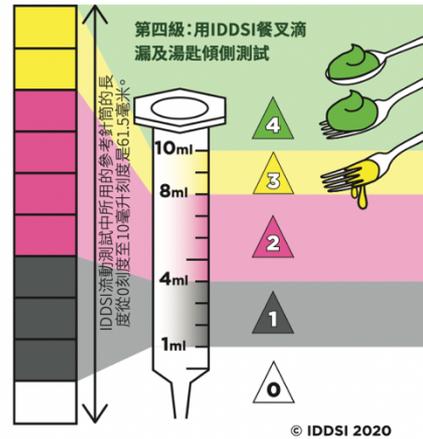
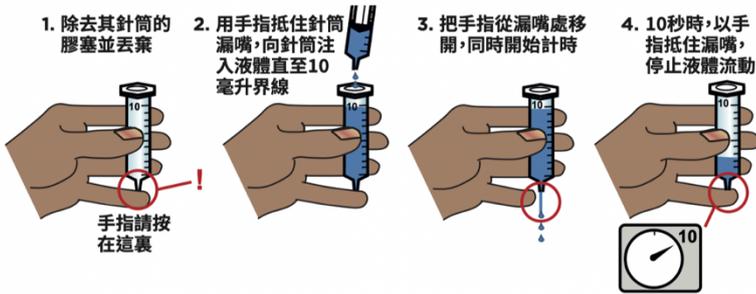


3 流質

3 中度稠 (杰)

<p>描述 / 特徵</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 可用杯飲用 • 需要用力吸啜才能通過用標準或大口徑的飲管飲用（大口徑飲管= 0.275 英寸或 6.9 毫米） • 無法在餐碟上獨立成形 • 無法用餐叉食用，因為食物會從餐叉的縫隙緩慢滑落 • 可用匙羹食用 • 無需經過口腔處理或咀嚼(即食物與唾液混合形成食團等過程)，可直接吞嚥 • 質地順滑，沒有「顆粒」（如團塊、纖維、硬殼、種子或果實的外殼/皮、軟骨或碎骨）
<p>此稠度等級的進食能力考慮</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 若舌頭控制能力不佳，未能以低度稠 (杰) (第二級)安全進食，此中度稠 (杰) 的流質狀或更為適合 • 此稠度的流動速度能給予口腔較多時間來處理食物 • 需要某程度的舌頭推進力量 • 適合吞嚥時有疼痛感的人士
<p>測試方法</p> <p>查看《IDDSI 測試方法》或瀏覽 https://iddsi.org/framework/drink-testing-methods/ 與 https://iddsi.org/framework/food-testing-methods/</p>	
<p>IDDSI 流動測試*</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 測試中度稠 (杰) 飲品於 10 秒內流出 10 毫升針筒，會剩餘多於 8 毫升液體於針筒內（見 IDDSI 流動測試指示*）
<p>餐叉滴漏測試</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 在餐叉縫隙間成團狀緩慢滴落 • 以餐叉壓流質狀食物，叉齒不會在食物表面留下清晰痕跡 • 將食物倒在平面上，流質食物會伸延擴散
<p>湯匙傾側測試</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 匙羹傾斜時會輕易流出；不會黏附匙羹
<p>(沒有餐叉時) 筷子測試</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 此質地食物不適合使用筷子測試
<p>(沒有餐叉時) 手指測試</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 此質地食物能輕易從指間順暢地滑過，並留下薄膜似的食物痕跡，但無法以手指捏著
<p>食物種類舉例 (附註：此清單並不詳盡)</p>	<p>下列食物可歸納為 IDDSI 第三級：</p> <ul style="list-style-type: none"> • 嬰幼兒「初級食品」（如米糊或果蓉） • 醬料及肉汁

#在進行 IDDSI 流動測試前... ..
請**務必**檢查該針筒的長度是否與圖例相同



3 流質 3 中度稠 (杰)



在餐叉縫隙間，以團狀緩慢滴下

IDDSI 餐叉滴漏測試

4

糊狀

4

高度稠（杰）

描述 / 特徵	<ul style="list-style-type: none"> • 通常用匙羹食用（亦可以用餐叉） • 無法用杯飲用 • 無法用飲管吸啜 • 不需要咀嚼 • 可以堆成一塊，疊起一層層，或將食物塑型，但不需要咀嚼 • 受地心吸力牽引，會慢慢向下流，但不會如液體般被倒出 • 匙羹傾斜時，會一整羹滑落，落在碟上仍能保持形狀 • 不含團塊 • 不黏口 • 沒有液體從固體中分離的現象
此稠度等級的進食能力考慮	<ul style="list-style-type: none"> • 若舌頭控制能力明顯減弱，此稠度或許最為適合 • 比細碎及濕軟（第五級）、軟質及一口量(第六級)、以及食物原狀(第七級)需要較少舌頭推動力，但較流質/中度稠（杰）(第三級)更需要舌頭推動力 • 不需咬合或咀嚼能力 • 若食物太黏稠，會有較多食物殘留，構成風險 • 任何需要咀嚼、口腔控制或形成食團的食物都不適用於此等級 • 適用於咀嚼及吞嚥時有疼痛感的人士 • 適用於缺少牙齒或配戴不合適假牙的人士
<p>測試方法</p> <p>查看《IDDSI 測試方法》或瀏覽 http://iddsi.org/framework/food-testing-methods/</p>	
IDDSI 流動測試*	<ul style="list-style-type: none"> • 此稠度食物不適用於流動測試，可改用餐叉滴漏測試及湯匙傾側測試
餐叉壓力測試	<ul style="list-style-type: none"> • 以餐叉壓食物，叉齒能在食物表面構成明顯痕跡，及/或食物留有被壓的餐叉印紋 • 沒有塊狀
餐叉滴漏測試	<ul style="list-style-type: none"> • 糊狀食物在餐叉上可堆成形，少量食物可能由叉縫間流出形成尾巴狀，但不會持續流下或滴落

IDDSI 框架及詳細定義均已獲得

[Creative Commons Attribution--Sharealike 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) 國際許可

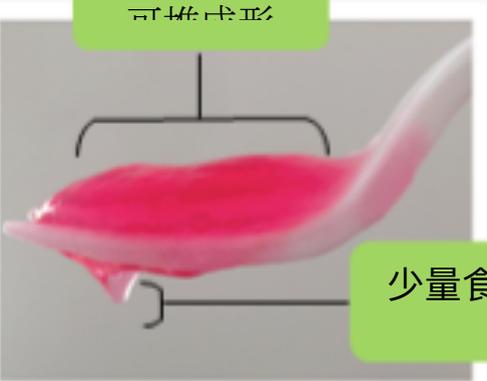
<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>

IDDSI 2.0 | July, 2019

湯匙傾側測試	<ul style="list-style-type: none"> ● 質地具足夠的凝結力在匙羹上保持形狀 ● 如果匙羹傾斜、傾向一側或搖動，糊狀食物會一整羹傾側或掉落；或需要輕彈匙羹才能令糊狀食物滑落，但應輕易滑落，並且只會在匙羹留下極少量食物殘留，換句話說，糊狀食物不應過於堅硬或黏稠 ● 糊狀食物平放在餐碟上，會輕微散開或非常緩慢地下塌
(沒有餐叉時) 筷子測試	<ul style="list-style-type: none"> ● 此質地食物不適用於筷子測試
(沒有餐叉時) 手指測試	<ul style="list-style-type: none"> ● 此質地食物剛好能用手指捏著，並能輕易順暢地從指間滑過，留下明顯食物殘留
食物過度黏稠的跡象 (超過 IDDSI 第四級)	<ul style="list-style-type: none"> ● 匙羹傾斜時，沒有滑落 ● 黏在匙羹上
食物種類舉例	
下列食物可歸納為 IDDSI 第四級： <ul style="list-style-type: none"> ● 嬰幼兒食用的糊狀食品（例如：肉糊、杰米糊） 	

IDDSI 餐叉滴漏測試：

在餐叉上
可堆成形



4 糊狀

4 高度稠（杰）



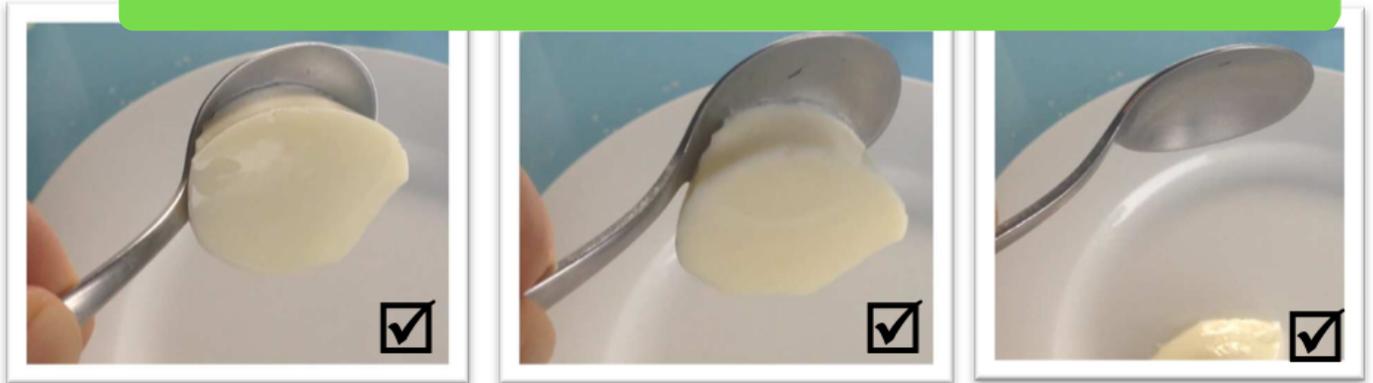
少量食物可能由叉縫間流出，形成尾巴狀

湯匙傾側測試：在匙羹上保持形狀；不硬也不黏；極少食物殘留在匙羹



以下圖例分別展現了符合和不符合 IDDSI 第四級 糊狀 / 高度稠 (杰) 食物表現：

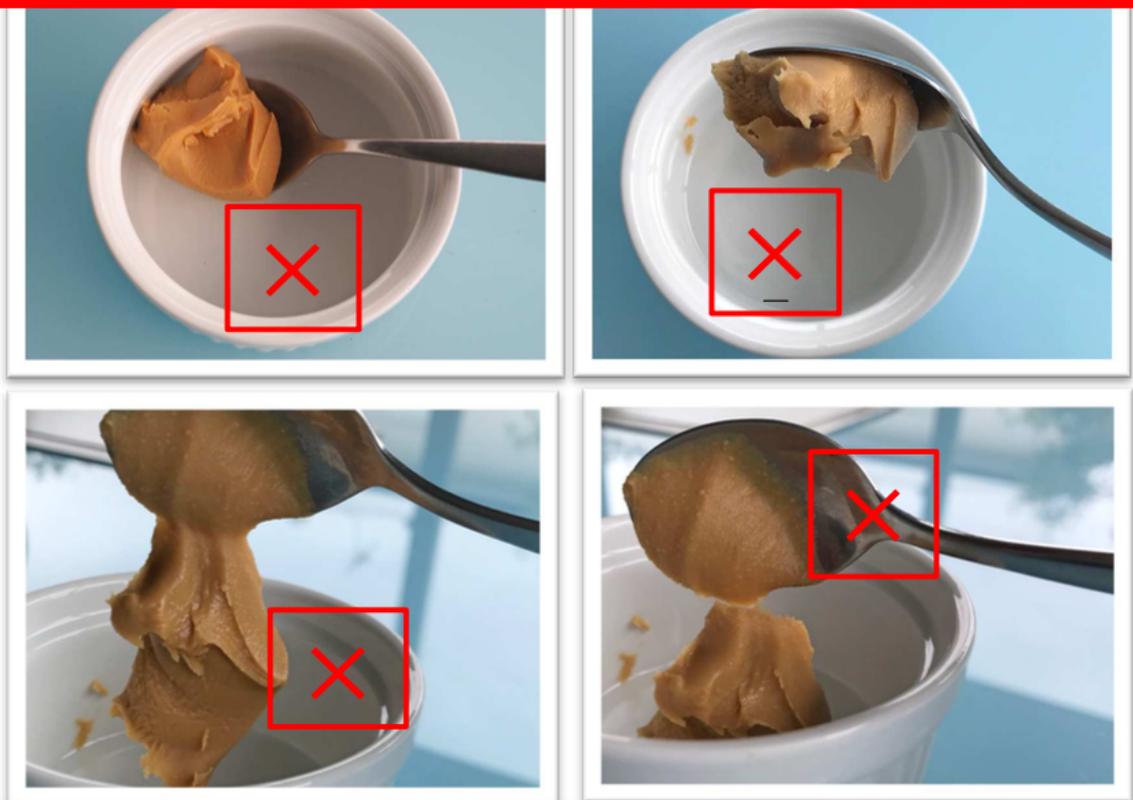
湯匙傾側測試：合格 — 在匙羹上保持形狀；不硬也不黏；極少食物殘留在匙羹上



湯匙傾側測試：合格 — 在匙羹上保持形狀；不硬也不黏；極少食物殘留在匙羹上



湯匙傾側測試：不合格 — 在匙羹上保持形狀；堅挺及黏；很多食物殘留在匙羹上



IDDSI 框架及詳細定義均已獲得

[Creative Commons Attribution--Sharealike 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) 國際許可

<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>

IDDSI 2.0 | July, 2019

5 細碎及濕軟

<p>描述 / 特徵</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 可以用餐叉或匙羹食用 ● 若手部控制良好，可用筷子食用 ● 可在碟上擲起或變化型狀（例如：弄作球形） ● 質地軟綿濕潤，沒有液體分離 ● 食物中可見小型團塊 <ul style="list-style-type: none"> ○ 兒童：2 毫米闊，不長於 8 毫米 ○ 成人：4 毫米闊，不長於 15 毫米 ● 團塊能輕易被舌頭壓碎
<p>此稠度等級的 進食能力考慮</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 不需要咬合 ● 只需極少量咀嚼 ● 僅靠舌頭力量就能分散此質地食物中的細軟顆粒 ● 需要舌頭力量移動食團 ● 適用於咀嚼時會感到疼痛或疲累的人士 ● 適用於缺少牙齒或配戴不合適假牙的人士
<p>測試方法</p> <p>查看《IDDSI 測試方法》或瀏覽 https://iddsi.org/framework/food-testing-methods/</p>	
<p>餐叉壓力測試</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 當用餐叉壓向食物時，食物會輕易被分開，並且穿過餐叉縫隙 ● 能輕易被餐叉壓力碾碎（所用壓力不會令指甲泛白）
<p>餐叉滴漏測試</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 擲出的食物樣本能堆立成形或堆在餐叉上，不會輕易或全部從餐叉縫隙間滑落
<p>湯匙傾側測試</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 質地具足夠凝結力，能在匙羹上保持形狀 ● 如果匙羹傾斜、傾向一側或搖動，食物會一整羹傾側或掉落；食物應輕易滑落，並且只會在匙羹留下極少量食物殘留，即表示，食物樣本不應很黏 ● 在餐碟上，食物粒塊堆會稍微散開或下塌。
<p>(沒有餐叉時) 筷子測試</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 若食物樣本濕潤且具凝結力，配合良好的手部控制能力，則可使用筷子夾起食物
<p>(沒有餐叉時) 手指測試</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 能輕易用手指捏著此質地的食物；細軟而滑的球狀顆粒可以輕易用手指捏碎。手指會感到食物中的濕潤

食物種類舉例

其他食物例子請參考：<https://iddsi.org/framework/food-testing-methods/>

肉類

- 充分剁碎*或切碎*，軟及細碎
 - 兒童：2 毫米闊，不長於 8 毫米
 - 成人：4 毫米闊，不長於 15 毫米
- 配以低度稠（杰）/中度稠（杰）/高度稠（杰）、細滑及非水狀的醬汁或肉汁
- *若食物質地無法被充分剁碎成免治，則應製作成肉糊

魚類

- 仔細壓碎，並配以低度稠（杰）/中度稠（杰）/高度稠（杰）、細滑及非水狀的醬汁或肉汁
 - 兒童：2 毫米闊，不長於 8 毫米
 - 成人：4 毫米闊，不長於 15 毫米

水果

- 仔細搗碎或壓碎食用
- 將多餘果汁瀝乾
- 如有需要，可配以低度稠（杰）/中度稠（杰）/高度稠（杰）、細滑及非水狀的醬汁或肉汁
 - 兒童：2 毫米闊，不長於 8 毫米
 - 成人：4 毫米闊，不長於 15 毫米

蔬菜

- 充分剁碎、切碎、或壓碎
- 將多餘水份瀝乾
- 如有需要，可配以低度稠（杰）/中度稠（杰）/高度稠（杰）、細滑及非水狀的醬汁或肉汁，必須將多餘水份瀝乾。不能有任何稀薄液體與食物出現分離狀態。
 - 兒童：2 毫米闊，不長於 8 毫米
 - 成人：4 毫米闊，不長於 15 毫米

穀物類 (cereal)

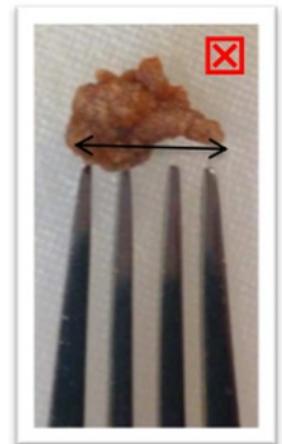
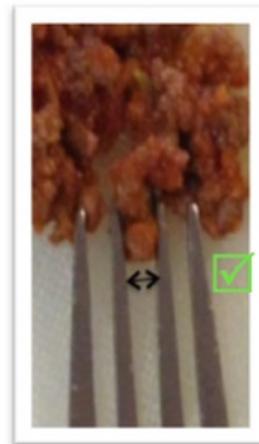
- 杰、細滑，並含細軟團塊
 - 兒童：2 毫米闊，不長於 8 毫米
 - 成人：4 毫米闊，不長於 15 毫米
- 質地充分軟化
- 任何牛奶/液體皆不應與濕軟狀穀物出現分離狀態。進食前需要瀝乾多餘水份



細碎及濕軟



使用餐叉縫隙（4毫米）來量度團塊的大小是否合適



所有IDDSI 等級5的食物團塊大小要求：

- 兒童：2毫米闊，不長於8毫米
- 成人：4毫米闊，不長於15毫米

IDDSI 框架及詳細定義均已獲得

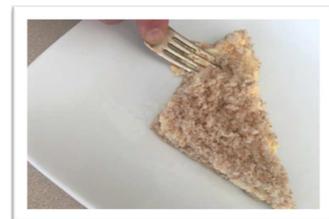
[Creative Commons Attribution--Sharealike 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) 國際許可

<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>

IDDSI 2.0 | July, 2019

麵包

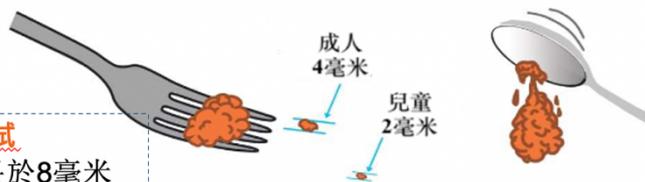
- 不可吃一般乾麵包/三文治/多士/蛋糕
- 使用《IDDSI 第五級-細碎及濕軟：多士教學影片》
<https://www.youtube.com/watch?v=W7bOufqmz18>
- 加入水(或其他飲料)預先浸泡麵包，令全片麵包變得濕潤



米飯/藜麥/... 或其他穀類食物

- 不應為黏稠糯米狀（特別是短粒米），在烹調或進食時也不應為一粒粒分開的顆粒狀（特別是長粒米/很乾的炒飯）
- 配以低度稠（杰）/中度稠（杰）/高度稠（杰）、細滑及非水狀的醬汁或肉汁，醬汁不能與飯或其他穀類分開。必須將多餘水份瀝乾

5 細碎及濕軟



IDDSI 餐叉測試

兒童： 2毫米闊，不長於8毫米

成人： 4毫米闊，不長於15毫米

*4毫米剛好是標準餐叉的叉間距離

IDDSI 湯匙傾側測試

能在匙羹上保持形狀，如果匙羹傾斜或搖動，食物應能容易掉下。

食物不應堅硬或帶黏性。

**細碎及濕軟的食物
必須兩項測試都
通過！**

IDDSI 框架及詳細定義均已獲得

CreativeCommons Attribution--Sharealike 4.0 國際許可

<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>

IDDSI 2.0 | July, 2019



軟質及一口量



<p>描述 / 特徵</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 可以用餐叉、匙羹或筷子食用 ● 可被餐叉、匙羹或筷子施壓碾碎 ● 此類食物不需用餐刀切開，但進食時可以用餐刀協助，把食物盛載到餐叉或匙羹上 ● 吞嚥前需要咀嚼 ● 質地柔軟細嫩，沒有液體分離現象 ● 「一口量」隨個人口腔大小及咀嚼技巧而定 <ul style="list-style-type: none"> ○ 兒童，(不大於) 8 毫米小塊 ○ 成人，(不大於) 15 毫米=1.5 厘米小塊
<p>此稠度等級的進食能力考慮</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 無需咬合 ● 需要咀嚼 ● 咀嚼時，須依靠舌頭的力量及控制能力去移動食團咀嚼，以及將食團保持在口腔內 ● 吞嚥時，須依靠舌頭力量移動食團 ● 適用於咀嚼時會感到疼痛或疲累的人士 ● 適用於缺少牙齒或配戴不合適假牙的人士
<p>測試方法</p> <p>查看《IDDSI 測試方法》或瀏覽 https://iddsi.org/framework/food-testing-methods/</p>	
<p>餐叉壓力測試</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 以餐叉側面即可將食物切斷或切成較小塊 ● 用拇指以餐叉底部按壓食物（食物樣本與指甲大小相約，即 1.5x1.5 厘米）至拇指指甲變白時，食物會被壓扁及改變形狀。將餐叉移開後，食物不會恢復原狀
<p>湯匙壓力測試</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 利用匙羹側面即可將食物切斷或切成小塊 ● 用拇指以匙羹底部按壓食物（食物樣本與指甲大小相約，即 1.5x1.5 厘米）至拇指指甲變白時，食物會被壓扁及改變形狀。將匙羹移開後，食物不會恢復原狀
<p>(當沒有餐叉時) 筷子測試</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 可用筷子將食物分成小塊
<p>(當沒有餐叉時) 手指測試</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 若將一塊指甲大小的食物樣本 (1.5X1.5 厘米) 捏於拇指及食指間，按捏力度令指甲變白時，食物會被壓扁，並且在鬆開手指後無法恢復原狀。

食物種類舉例

肉類

- 煮熟後的肉塊必需軟脆，搗碎後的肉碎不應大於
 - 兒童：8 毫米
 - 成人：15 毫米=1.5x1.5 厘米
 - 若食物不能在大小要求下 (例如：1.5x1.5 厘米) 煮至軟脆，則應搗碎至濕軟免治狀

所有 IDDSI 第六級的食物團塊大小要求：

- 兒童：8 毫米小塊
- 成人：15 毫米 = 1.5 厘米小塊

魚類

- 煮熟後的魚塊，需十分軟脆，僅僅使用餐叉、匙羹或筷子即可將其分成小塊，魚肉大小不應超出
 - 兒童：8 毫米
 - 成人：15 毫米=1.5 厘米
- 去除魚骨或韌的魚皮

燜/燉/咖喱烹煮

- 醬汁部分需要為杰身（可根據治療師建議）
- 可以包括肉、魚或蔬菜，但食物需煮至軟脆，大小亦不可超出
 - 兒童：8 毫米
 - 成人：15 毫米=1.5 厘米
- 沒有硬塊

水果

- 若食物不能切成一口及軟脆狀，請搗碎果肉
 - 兒童：8 毫米
 - 成人：15 毫米=1.5 厘米
- 不包含水果的纖維部分
- 瀝乾多餘果汁
- 需要評估個人能力才決定是否適合食用水份含量較高的水果（例如：西瓜），因為在咀嚼過程中，水果的水分與固體會出現分離狀態

蔬菜

- 蒸煮或水煮的蔬菜，搗碎後大小為
 - 兒童：8 毫米
 - 成人：15 毫米=1.5 厘米
- 炒菜通常**過硬**或**不夠軟脆**。可用餐叉或匙羹壓力測試

穀物類 (cereal)

- 幼滑軟脆的穀類食物，團塊大小不應超過
 - 兒童：8 毫米
 - 成人：15 毫米=1.5 厘米
- 充分軟化
- 必需去除多餘的牛奶或水份及根據治療師建議的稀稠度

麵包

- 不可吃一般乾的麵包/三文治/多士/蛋糕
- 請使用《IDDSI 第五級-濕軟及免治：多士教學影片》和加上符合 IDDSI 第六級 的餡料
<https://www.youtube.com/watch?v=W7bOufqmz18>
- 加入水(或其他飲料)預先浸泡麵包，令全片麵包變得濕潤



米飯/藜麥/... 或其他穀類食物

- 不可呈粒狀，也不能太黏稠

6 軟質及一口量



按壓食物至拇指指甲變白



食物會被壓扁及改變形狀。
將壓力移開後，
食物不會恢復原狀。

兒童的
「一口量」
不大於8 x 8厘米



成年人的
「一口量」
不大於1.5 x 1.5厘米



軟質及一口量的食物
必須通過食物大小限制
和柔軟度測試





容易咀嚼



<p>描述 / 特徵</p> <p>在此等級沒有質地限制</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 容易咀嚼，質地柔軟的日常食物。日常飲食應配合年齡及發展階段。 ● 能以任何方式食用 ● IDDSI 第七級沒有限制食物的大小，所以可出現不同的尺寸範圍 <ul style="list-style-type: none"> ○ 小於或大於 8 毫米（兒童） ○ 小於或大於 15 毫米=1.5 厘米（成人） ● 此等級不包括：堅硬，難嚼/耐嚼的，肉質「好柴」，拉絲，脆口，果籽，木糠/糯米粉/辣椒粉類，骨頭類... 等等食品 ● 可包括「雙重質地」或「混合質地」的食物或液體
<p>此稠度等級的進食能力考慮</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 需要兼備咬合、咀嚼軟類食物的能力，並且有足夠的口肌耐力給予時間去形成食物團。牙齒或假牙不是必需的。 ● 不適合容易從咀嚼中感到疲倦的人士 ● 適合一些於吞嚥堅硬或耐嚼食物時感到困難、痛楚的人士 ● 此等級對食物的大小沒有限制，因此會對已臨床診斷有吞嚥困難的患者構成窒息/誤吸風險。限制食物大小的目的是減小吞嚥困難患者的窒息/誤吸風險（如：第四級一糊狀，第五級一細碎及濕軟，第六級一軟質及一口量均對食物大小有限制） ● 合資格的專業人士可以用此等級作教育用途/來銜接較高階的等級（需要較多咀嚼技巧） ● 對於食用時需要接受安全監督的人士，請在轉用此等級食品前先諮詢相關的專業人士（個人化的食物質地、安全用餐計劃），再作調整。 <ul style="list-style-type: none"> ○ 基於某些咀嚼、吞嚥困難或不安全的用餐行為，有些人士在用餐時需要接受安全監督。 ○ 不安全的用餐行為包括：錯誤的咀嚼技巧，放過多的食物入口，用餐速度過快/沒有將一整口食物分開數次吞，不能自我審視自身的咀嚼技巧。 ○ 應諮詢專業人士來應患者的個人需求，訂立個人化的食物質地、安全用餐計劃 ○ 對於食用時需要接受安全監督的人士，只有在合資格的專業人士嚴格的書面指引下才可轉用此等級的食品。
<p>測試方法</p> <p>查看《IDDSI 測試方法》或瀏覽 https://iddsi.org/framework/food-testing-methods/</p>	
<p>餐叉壓力測試</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 以餐叉側面即可將食物切斷或切成較小塊 ● 用拇指以餐叉底部按壓食物（食物樣本與指甲大小相約，即 1.5x1.5 厘米）至拇指指甲變白時，食物會被壓扁/切開/改變形狀。將餐叉移開後，食物不會恢復原狀

IDDSI 框架及詳細定義均已獲得

Creative Commons Attribution--Sharealike 4.0 國際許可

<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>

IDDSI 2.0 | July, 2019

湯匙壓力測試	<ul style="list-style-type: none"> ● 利用匙羹側面即可將食物切斷或切成小塊 ● 用拇指以匙羹底部按壓食物（食物樣本與指甲大小相約，即 1.5x1.5 厘米）至拇指指甲變白時，食物會被壓扁/切開/改變形狀。將匙羹移開後，食物不會恢復原狀
(當沒有餐叉時) 筷子測試	<ul style="list-style-type: none"> ● 可用筷子刺穿食物
(當沒有餐叉時) 手指測試	<ul style="list-style-type: none"> ● 若將一塊指甲大小的食物樣本 (1.5X1.5 厘米) 捏於拇指及食指間，按捏力度令指甲變白時，食物會被壓扁或分開，並且在鬆開手指後無法恢復原狀。
食物種類舉例	
<p>肉類</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 煮至柔軟 ● 如肉質沒可能煮至柔軟，請用濕軟及免治/細碎肉代替。 <p>魚類</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 柔軟度足以用餐叉/匙羹側面或筷子將食物切斷或切成較小塊 <p>燜/燉/咖喱烹煮</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 可包含其他肉、魚、菜類食物，但完成品的所有食物團塊必須是容易咀嚼的。 ● 配以低度稠（杰）/中度稠（杰）/高度稠（杰）、細滑及非水狀的醬汁或肉汁，<u>必須</u>將多餘水份瀝乾 ● 沒有硬塊 <p>水果</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 足夠的柔軟度，可以用叉子或勺子的側面切成小塊。請勿使用水果的纖維部分（例如橙色的白色部分）。 <p>蔬菜</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 蒸或煮至嫩身。炒菜對於這個水平可能太硬了。請使用 IDDSI 的餐叉/匙羹壓力測試來檢測蔬菜的柔軟度。 <p>穀物類 (cereal)</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 軟化至柔軟 ● 將多餘的奶/水份/液體瀝乾，或加稠（杰）至治療師建議的稠（杰）度 <p>麵包</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 一些可以用餐叉/匙羹切斷的麵包，三文治，多士（應諮詢治療師） <p>米飯/藜麥/… … 或其他穀類食物</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 沒有特別指引 	

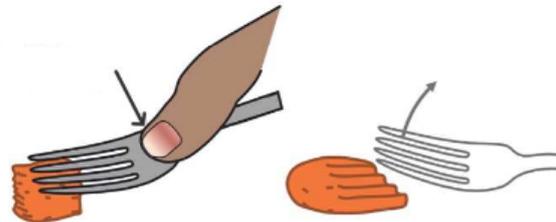
IDDSI 框架及詳細定義均已獲得

[Creative Commons Attribution--Sharealike 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) 國際許可

<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>

IDDSI 2.0 | July, 2019

容易咀嚼食物必須通過餐叉壓力測試，即輕易被餐叉或匙羹分開。



此類食物能輕易被叉或匙羹剝/切斷

IDDSI 餐叉壓力測試

用拇指以餐叉底部按壓食物至拇指指甲變白時，食物會被壓扁及改變形狀。將餐叉移開後，食物不會恢復原狀。



IDDSI 框架及詳細定義均已獲得

CreativeCommons Attribution--Sharealike 4.0 國際許可

<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>

IDDSI 2.0 | July, 2019



食物原狀



<p>描述 / 特徵</p> <p>在此等級<u>沒有</u>質地限制</p>	<ul style="list-style-type: none">● 日常食物的各種質地，均屬於這個等級。日常飲食應配合年齡及發展階段。● 能以任何方式食用● 食物質地可以是硬、脆或柔軟● 食物大小在此等級不受限制，可出現不同的尺寸範圍<ul style="list-style-type: none">○ 小於或大於 8 毫米（兒童）○ 小於或大於 15 毫米=1.5 厘米（成人）● 包括堅硬的、難咬的、煙韌的、多纖維的、有筋的、乾的、酥脆的或易碎的食物● 包括有核、種子、果皮、穀糠或骨頭的食物● 包括「雙重質地」或「混合質地」的食物或液體
<p>此稠度等級的 進食能力考慮</p>	<ul style="list-style-type: none">● 能咀嚼任何堅硬或柔軟的食物，並使其成為柔軟可吞嚥的食團● 能夠咀嚼所有質地的食物而不輕易感到疲勞● 能夠安全地吐出不能吞嚥的骨頭或軟骨
<p>測試方法</p>	
<p>不適用</p>	

過渡性食物



描述 / 特徵	<ul style="list-style-type: none">● 食物加上水份（例如水或唾液）或遇到溫度變化時（例如：加熱），會從一種質地（例如堅硬的固體）轉變成另一種質地。
此稠度等級的進食能力考慮	<ul style="list-style-type: none">● 無需咬合● 只需極少量的咀嚼● 食物一旦改變溫度或加入水分/唾液，便可以用舌頭弄碎這些食物● 這種食物質地可用於咀嚼技巧的發展訓練或復康治療（例如：訓練兒童及發育障礙人士學習咀嚼；或用於中風後的咀嚼功能復康訓練）
測試方法 查看《IDDSI 測試方法》或瀏覽 https://iddsi.org/framework/food-testing-methods/	
餐叉壓力測試	<ul style="list-style-type: none">● 當加入水份或改變溫度後，食物樣本便會輕易變形，而且外力移除後亦不會恢復原狀● 取拇指指甲大小的食物樣本（1.5 厘米 x 1.5 厘米），加入 1 毫升的水並等候一分鐘。以拇指用餐叉按壓食物，直到拇指指甲泛白。在移除餐叉壓力後，食物樣本符合下列形況，即屬於過渡型食物：<ul style="list-style-type: none">○ 樣本被壓扁散開，當餐叉移開後，不能回復原有型態○ 或食物明顯融化，不能保持原有型態（例如：冰塊）
湯匙壓力測試	<ul style="list-style-type: none">● 如上述步驟，以匙羹底部代替餐叉
筷子測試 (當沒有餐叉時)	<ul style="list-style-type: none">● 取拇指指甲大小的食物樣本（1.5 厘米 x 1.5 厘米），加入 1 毫升的水並等候一分鐘。食物能以筷子輕易分開
手指測試 (當沒有餐叉時)	<ul style="list-style-type: none">● 取拇指指甲大小的食物樣本（1.5 厘米 x 1.5 厘米），加入 1 毫升的水並等候一分鐘。以拇指及食指揉捏食物，食物會完全被捏碎且不會恢復原狀。
食物種類舉例	
IDDSI 過渡性食物 包括下列食物，但不限於此： <ul style="list-style-type: none">● 冰塊● 雪糕/雪葩，若吞嚥治療師評估後認為適合● 日本吞嚥訓練蒟蒻薄片 1 毫米 x 15 毫米● 威化餅（亦包括宗教聖餐所用威化餅）● 盛載雪糕的威化筒● 部分餅乾/曲奇/蘇打餅● 薯片-僅限於碎片類型（例如：品客牌）● 酥餅● 蝦片	

IDDSI 框架及詳細定義均已獲得

[Creative Commons Attribution--Sharealike 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) 國際許可

<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>

IDDSI 2.0 | July, 2019

用於處理兒童或成人吞嚥障礙的具體例子

市面有售的過渡性質地食物[#]包括，但不限於以下例子：

- 蔬果脆片（Veggie Stix™）
- 奇多芝士球（Cheeto Puffs™）
- 米通（Rice Puffs™）
- 寶貝媽咪米餅（Baby Mum Mums™）
- 嘉寶星星餅（Gerber Graduate Puffs™）

[#]列出上述產品並不代表推薦這些品牌，市面尚有同類型產品沒有在此提及。

過渡性食物



- 加入 1 毫升的水
- 等候一分鐘



以拇指用餐叉按壓食物，直到拇指指甲泛白。



樣本被壓扁散開。
當餐叉移開後，不能回復原有型態。

IDDSI 框架及詳細定義均已獲得

Creative Commons Attribution--Sharealike 4.0 國際許可

<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>

IDDSI 2.0 | July, 2019

具窒息/誤吸風險的食物質地 例子採自一些國際驗屍報告

堅硬或乾的食物或會造成窒息/誤吸風險

原因：食用這類食品需要運用良好的咀嚼能力，才能將其咬碎並與唾液混合成足夠濕潤的食物團，以便安全吞嚥。

堅硬或乾的食物例子：堅果，生胡蘿蔔，燒豬皮，硬皮麵包

具纖維或帶韌性的食物或會造成窒息/誤吸風險

原因：食用這類食品需要運用良好並持久的咀嚼能力，才能咬碎成可安全吞嚥的小塊。

具纖維或帶韌性的食物例子：牛排，菠蘿

具張力的食物或會構成成窒息/誤吸風險

原因：這類食品有可能黏著上顎、牙齒以及口腔內壁，然後在沒有預備下跌入氣管。

具張力的食物例子：糖果，芝士粒，棉花糖，香口膠，薯蓉

脆口的食物或會構成成窒息/誤吸風險

原因：食用這類食品需要運用良好的咀嚼能力，才能將其咬碎並與唾液混合成足夠濕潤的食物團，以便安全吞嚥。

脆口食物的例子：燒豬皮，脆口培根，一些乾穀物

鬆脆的食物或會構成成窒息/誤吸風險

原因：食用這類食品需要運用良好並持久的咀嚼能力，才能咬碎成可以混和唾液以及安全吞嚥的小塊。

鬆脆的食物例子：生紅蘿蔔，蘋果，爆谷

尖銳或含尖刺的食物或會構成成窒息/誤吸風險

原因：食用這類食品需要運用良好的咀嚼能力，才能咬碎成柔軟、圓狀、濕潤的小塊作安全吞嚥。

尖銳或含尖刺的食物例子：乾玉米片

易碎的食物或會構成成窒息/誤吸風險

原因：食用這類食品需要運用良好的舌頭控制，才能將易碎的食物碎塊聚集在一起；並加以足夠多的唾液，才能混和成濕潤的食物團作安全吞嚥。

易碎的食物例子：易碎、較乾的蛋糕，較乾的曲奇餅，餅乾，烤餅或鬆餅，鳳梨酥，酥皮蛋撻

含有種子和白色部分的水果或會構成成窒息/誤吸風險

原因：它們比較堅韌和具纖維性，將其和水果肉分離並從口中吐出是一個複雜的過程。

此類食品例子：蘋果或南瓜籽，橘子的白色部分

具皮/殼或外殼 食品或會構成成窒息/誤吸風險

原因：通常皮或外殼是具纖維、尖銳和不吸水的。食用時，除非具備良好的舌頭控制將其從口腔中去除，否則需要運用良好的咀嚼技巧和足夠的唾液，才能使碎塊變小和形成濕潤的食物團。再者，這些碎塊容易粘在牙齒和牙齦上，而吞嚥時亦會感覺卡在喉嚨中。

具皮，殼或外殼的食物例子：豌豆殼/皮，葡萄皮，穀殼，爆谷皮

骨頭或軟骨或會構成成窒息/誤吸風險

原因：這些硬物一般也不便於咀嚼和吞嚥。食用此類硬物時，需要運用良好的舌頭控制將骨從肉中分離並從口腔中吐出。

此類食品例子：雞骨，魚骨

IDDSI 框架及詳細定義均已獲得

[Creative Commons Attribution--Sharealike 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) 國際許可

<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>

IDDSI 2.0 | July, 2019

圓形或長形食物或會構成成窒息/誤吸風險

原因：如果不將此類食品認真咀嚼成小塊並吞下，它們的形狀很可能會完全堵塞氣道而導致窒息。

圓形或長形食物的例子：香腸，葡萄

具黏性和韌性的食品或會構成成窒息/誤吸風險

原因：這類食品有可能黏著上顎、牙齒以及口腔內壁，然後在沒有預備下跌入氣管。食用這類食品需要運用良好並持久的咀嚼能力，才能把它混和足夠的唾液以降低其黏性，而便於安全吞嚥。

具黏性的食物例子：糖果，芝士粒，棉花糖，香口膠，薯蓉

含有咬不斷線狀殘渣的食物或會構成成窒息/誤吸風險

原因：由於線狀的食物殘渣很難折斷，其他嘴裏經咀嚼過後的食物蓉很可能會被線狀殘渣和喉嚨中正在吞嚥中的食物團吊/連在一起。

含有咬不斷線狀殘渣的食物例子：四季豆，西芹，通菜

混合質地的食品或會構成成窒息/誤吸風險

原因：食用這類食品時需要掌握好食物團的分佈，例如：一邊把固體的食物團留在口中咀嚼，一邊將液體吞掉。這是一個很繁複的口部分工。

混合質地食品的例子：含有湯鏟的湯，牛奶浸粟米/穀麥片(cereal)，珍珠/仙草奶茶

質地複雜的食品或會構成成窒息/誤吸風險

原因：食用這類食品時需要良好口部協調去處理不同質地的食物。

質地複雜的食品的例子：漢堡包，熱狗，三文治，肉丸，意粉，薄餅，湯麵，湯飯

容易黏付食道的食物或會構成成窒息/誤吸風險

原因：如果食用這類食品時沒有完整地咀嚼成小塊，此類又濕又薄的食品或會完全覆蓋或黏付於食道並造成窒息。

容易黏付食道的食物例子：生菜，薄切青瓜片，菠菜葉

多汁的食物或會構成成窒息/誤吸風險

原因：食用這類食品時需要一邊將食物噴出的液體吞掉，一邊把固體的食物團留在口中咀嚼。這是一連串的繁複口部分工。

多汁食物的例子：西瓜，白桃，橙，提子，小籠包，竹笙

食物的焦皮或會構成成窒息/誤吸風險

原因：食用這類食品時需要良好的咀嚼能力，才能把它和其他沒有燒焦的部分混和。

有焦皮的食物例子：燒肉皮，乳豬脆皮

具窒息/誤吸風險的食物質地 — 國際驗屍報告參考文獻：

- Berzlanovich, A.M., Muhm, M., Sim, E., and Bauer, G. (1999) 'Foreign body asphyxiation - an autopsy study' , *American Journal of Medicine*, 107, 351-355.
- Berzlanovich, A.M., Fazen-Dorner, B., Waldhoer, T., and Fasching, P. (2005) 'Foreign body asphyxia: A preventable cause of death in the elderly' , *American Journal of Preventive Medicine*, 28, 65-69.
- Centre for Disease control and prevention (2002) Non-fatal choking related episodes among children, United States 2001. *Morbidity and Mortality Weekly Report*, 51: 945-948.
- Dolkas, L., Stanley C., Smith, A.M., Vilke G.M. (2007) Deaths associated with choking in San Diego. *Journal of Forensic Science*, 52, 176-179.
- Ekberg, O. and Feinberg, M. (1992) 'Clinical and demographic data in 75 patients with near-fatal choking episodes' , *Dysphagia*, 7, 205-208.
- Wick, R., Gilbert, J.D., and Byard, R.W. (2006) 'Café coronary syndrome-fatal choking on food: An autopsy approach.' , *Journal of Clinical Forensic Medicine*, 13, 135-138.
- Food Safety Commission, Japan (2010) Risk Assessment Report: Choking accidents caused by foods. https://www.fsc.go.jp/english/topics/choking_accidents_caused_by_foods.pdf (accessed June 2019).
- Harris C.A., Baker, S.P., Smith, G.A., Harris R.M. (1984) Childhood asphyxiation by food: A national analysis and overview. *JAMA*, 251, 2231-2235.
- Irwin, R.S., Ashba, J.K., Braman, S.S., Lee, H.Y., and Corrao, W.M. (1977) 'Food asphyxiation in hospitalized patients' , *JAMA*, 237,2744-2745.
- J.T.' s Law (New York State, Department of Health Legislation) 2007, Choking Prevention for Children https://www.health.ny.gov/prevention/injury_prevention/choking_prevention_for_children.htm
- Kramarow E., Warner, M., Chen L-H. (2014) Food-related choking deaths among the elderly, 20: 200-203.
- Morley RE, Ludemann JP, Moxham JP, Kozak FK, Riding KH (2004) Foreign body aspiration in infants and toddlers: Recent trends in British Columbia. *The Journal of Otolaryngology*, 33(1): 37-41.
- Samuels R & Chadwick DD (2006). Predictors of asphyxiation risk in adults with intellectual disability and dysphagia. *Journal of Intellectual Disability Research*, 50(5): 362-370.
- Wolach B, Raz, A, Weinberg J, Mikulski Y, Ben Ari J, Sadan N (1994) Aspirated bodies in the respiratory tract of children: Eleven years' experience with 127 patients. *International Journal of Pediatric Otorhinolaryngology*, 30: 1-10.

隨附文件 <https://iddsi.org/framework/>

- IDDSI 測試方法
- IDDSI 證據闡述
- IDDSI 常見問題 (FAQs)

IDDSI 框架及詳細定義均已獲得

[Creative Commons Attribution--Sharealike 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) 國際許可

<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>

IDDSI 2.0 | July, 2019