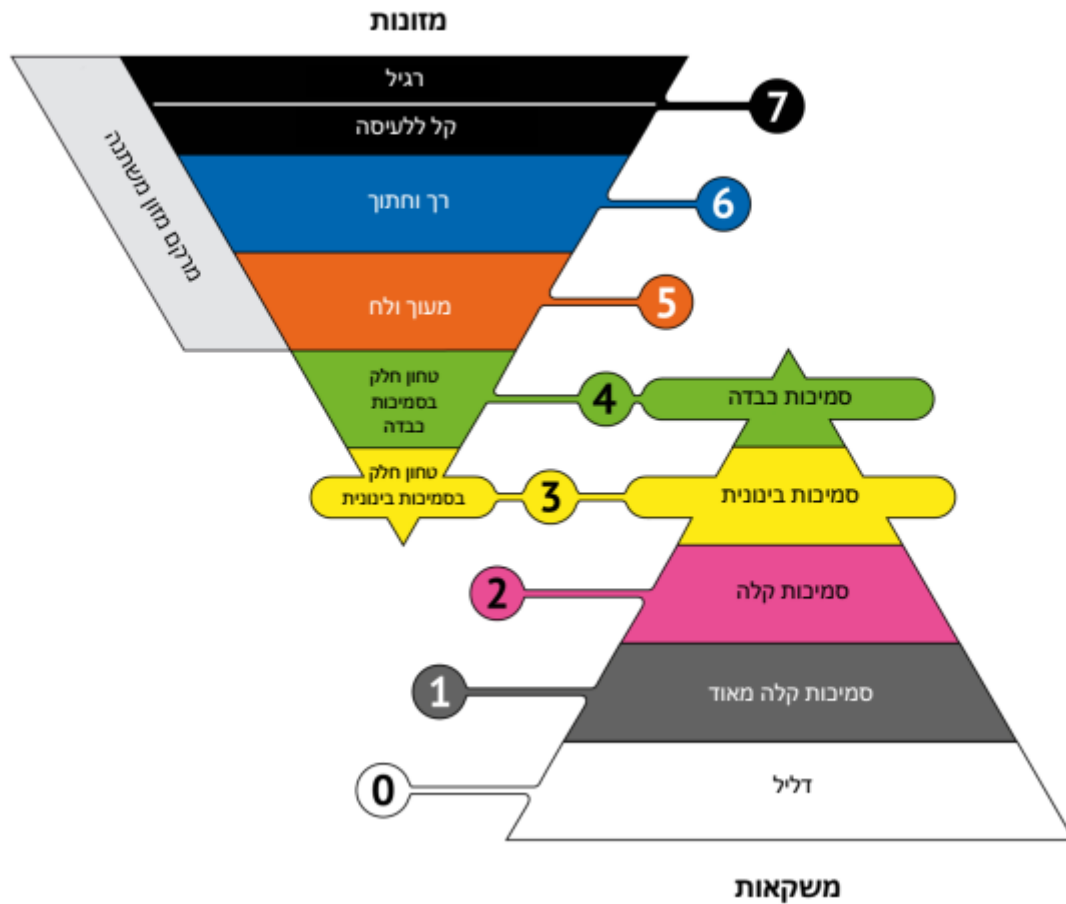


IDDSI

International Dysphagia Diet
Standardisation Initiative
www.iddsi.org



מבנה IDDSI השלם הגדרות מפורטות 2.0 | 2019

תרגום גרסא 2 לעברית:
יוספה כחל, דיאטנית
מיכל קייט, דיאטנית
אורלי ברגרזון ביטון, קלינאית תקשורת
ד"ר אושרת סלע וייס, קלינאית תקשורת

מבוא

היוזמה הבין-לאומית לסטנדרטיזציה של מרקמים מותאמים לדיספגיה (IDDSI) הוקמה בשנת 2013 במטרה לפתח הגדרות וטרמינולוגיה בין-לאומית אחידה בכדי לתאר מרקמי מזון והתאמת רמת סמיכות לנוזלים המשמשים אנשים עם הפרעות בליעה (דיספגיה) בכל הגילאים, בכל מסגרות הטיפול ובתרבויות השונות. בתום שלוש שנות עבודה, עבודתה של וועדת IDDSI הניבה בשנת 2016 ופרסמה בשנת 2017 מבנה מוגדר של רמות מרקמים שונות, הנעות ברצף של שמונה רמות (0-7). הרמות מזוהות על פי מספרים, שמות וצבעים.

[Reference: Cichero JAY, Lam P, Steele CM, Hanson B, Chen J, Dantas RO, Duiveststein 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>

מסמך מבנה ותיאור IDDSI המלא 2019 מהווה עדכון למסמך מ-2016. מסמך זה, מספק תיאורים מפורטים של כל הרמות הקיימות במבנה ה-IDDSI. התיאורים מלווים בשיטות מדידה פשוטות הניתנות ליישום על ידי אנשים עם דיספגיה והמטפלים בהם, אנשי מקצוע ממערכת הבריאות, אנשים ממערך שירותי המזון או תעשיית המזון, בכדי לוודא לאיזו רמת מרקם מתאים המזון או המשקה הנבדק.

יש לקרוא את מסמך זה במקביל למסמכים נוספים של ה-IDDSI, כגון שיטות המדידה 2019, מסמך IDDSI תשתית מחקרית 2016 ומסמך שאלות ותשובות (<http://iddsi.org/framework/>).

מבנה ותיאור ה-IDDSI מספק טרמינולוגיה אחידה לתיאור מרקם מזון וסמיכות נוזלים. מבחני ה-IDDSI מכוונים לבדיקת זרימה או מאפייני מרקם של מוצר מסוים במועד הבדיקה. בדיקת מזונות ומשקאות צריכה להתבצע בהתאם לתנאים בהם מוגשים (במיוחד טמפרטורה). באחריות אנשי המקצוע לתת דגשים לגבי מזונות ומשקאות עבור מטופל ספציפי, בהתאם להערכה הקלינית המקיפה.

וועדת IDDSI מוקירה את השותפות של הקהילה הבין-לאומית, הכוללת מטופלים, מטפלים, אנשי מערכת הבריאות, התעשייה, אגודות מקצועיות וחוקרים. אנו מודים גם לנותני החסויות על תמיכתם הנדיבה.

למידע נוסע אנא בקרו באתר: www.iddsi.org

וועדת ה-IDDSI

ועדת ה-IDDSI הינה קבוצה של מתנדבים שאינם מושכים משכורת מ-IDDSI. הם מעניקים מהידע שלהם, מניסיונם ומזמנם לטובת הקהילה הבינ"ל.

Co-Chairs: Peter Lam (CAN) & Julie Cichero (AUS);

Committee Members: Jianshe Chen (CHN), Roberto Dantas (BRA), Janice Duiveststein (CAN), Ben Hanson (UK), Jun Kayashita (JPN), Mershen Pillay (ZAF), Luis Riquelme (USA), Catriona Steele (CAN), Jan Vanderwegen (BE).

Past Committee Members: Joe Murray (USA), Caroline Lecko (UK), Soenke Stanschus (GER)

ה-IDDSI הינו גוף עצמאי, הפועל ללא כוונת רווח. IDDSI מודה למספר גדול של סוכנויות, ארגונים ושותפים מהתעשייה עבור תמיכתם הכלכלית והכללית. נותני החסות לא היו מעורבים בפיתוח או בתכנון מבנה ה-IDDSI.

יישום של מבנה ה-IDDSI נמצא בתהליך. IDDSI אסיר תודה לנותני החסויות על תמיכתם

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



דליל

<ul style="list-style-type: none"> • זורם כמו מים • זרימה מהירה • ניתן לשתיה דרך כל פטמה, כוס או קשית בהתאם לגיל ויכולות 	תיאור / מאפיינים
<ul style="list-style-type: none"> • יכולת לשתות בבטחה את כל סוגי השתייה הדלילה 	רציונל פיזיולוגי לדרגת סמיכות זו

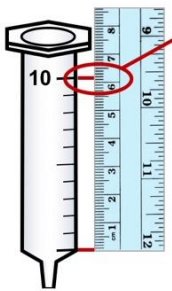
יש להשתמש בשיטות המדידה של IDDSI להחליט אם נוזל מתאים ל-IDDSI רמה 0, למרות התיאורים הקיימים לגבי מראה הנוזל

שיטת הבדיקה

ראה גם: מסמך שיטות בדיקות או <http://iddsi.org/framework/drink-testing-methods/>

<ul style="list-style-type: none"> • הנוזל הנבדק זורם ויוצא דרך מזרק slip tip 10 מ"ל בתוך 10 שניות, משאיר שארית במזרק של 0-1 מ"ל (ראה הוראות למבחן המזרק). 	מבחן הזרימה IDDSI
---	-------------------

#לפני הבדיקה
יש למדוד את אורך המזרק מאחר וישנן שוניות באורכי המזרקים. על המזרק להראות בהתאם לתרשים מימין.



אורך של 10 מ"ל בשנתות = 61.5 מ"מ

רמה 4: השתמש במבחן טפטוף מזלג/מבחן הטיית כף של IDDSI

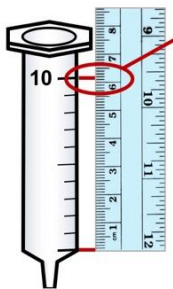
1. הסר את הבוכנה ומקם את האצבע כמו בתרשים	2. מלא 10 מ"ל כשהאצבע חוסמת את פתח היציאה של המזרק	3. שחרר את האצבע ומדוד 10 שניות	4. עצור מדידה לאחר 10 שניות וחסום את פתח היציאה לבחון כמה נותר במזרק.

1

סמיכות קלה מאוד

<ul style="list-style-type: none"> • סמיך יותר ממים • דורש יותר מאמץ לשתות אותו מאשר נוזל דליל • זורם דרך קשית, מזרק, פטמה • דומה בסמיכותו לסמיכות של תרכובות מזון לתינוקות המתאימים לילדים הסובלים מרגורגיטציה 	<p>תיאור / מאפיינים</p>
<ul style="list-style-type: none"> • בשימוש בעיקר באוכלוסיית ילדים כנוזל סמיך המפחית את מהירות הזרימה אך עדיין מאפשר זרימה דרך פטמה. בשאלת האכלה דרך פטמה, כל מקרה יישקל לגופו. • בשימוש גם באוכלוסייה הבוגרת כשנוזלים דלילים זורמים מהר מידי להבטחת שתיה בטוחה. נוזלים בסמיכות קלה מאוד יזרמו בקצב מעט איטי יותר 	<p>רציונל פיזיולוגי לדרגת סמיכות זו</p>
<p>יש להשתמש בשיטות המדידה של IDDSI להחליט אם נוזל מתאים ל-IDDSI רמה 1, למרות התיאורים הקיימים לגבי מראה הנוזל</p> <p>שיטת הבדיקה</p> <p>ראה גם: מסמך שיטות בדיקות או http://iddsi.org/framework/drink-testing-methods/</p>	
<ul style="list-style-type: none"> • הנוזל הנבדק זורם דרך מזרק slip tip 10 מ"ל ומשאיר שארית של 1-4 מ"ל במזרק לאחר 10 שניות (ראה הוראות למבחן המזרק). 	<p>מבחן הזרימה של IDDSI</p>

#לפני הבדיקה
יש למדוד את אורך המזרק מאחר וישנן שנויות באורכי המזרקים. על המזרק להראות בהתאם לתרשים מימין.



אורך של 10 מ"ל בשנתות = 61.5 מ"מ

רמה 4: השתמש במבחן טפטוף מזלג/מבחן הטיית כף של IDDSI

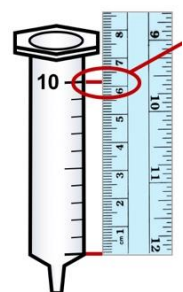
<p>1. הסר את הבוכנה ומקם את האצבע כמו בתרשים</p>	<p>2. מלא 10 מ"ל כשהאצבע חוסמת את פתח היציאה של המזרק</p>	<p>3. שחרר את האצבע ומדוד 10 שניות</p>	<p>4. עצור מדידה לאחר 10 שניות וחסום את פתח היציאה לבחון כמה נותר במזרק.</p>

2

סמיכות קלה

<ul style="list-style-type: none"> • זורם בהטיית כף. • ניתן ללגימה, זורם במהירות מכף, אך איטי יותר מנוזל דליל • נדרש מאמץ מתון בכדי לשתות רמת סמיכות זו דרך קש בעל קוטר סטנדרטי (קוטר 5.3 מ"מ) 	<p>תיאור / מאפיינים</p>
<ul style="list-style-type: none"> • בהינתן שנוזלים דלילים זורמים מהר מידי בכדי לשלוט בהם בבטחה, נוזלים בסמיכות קלה יזרמו בקצב מעט איטי יותר. • יכול להתאים אם שליטת הלשון מופחתת במעט. 	<p>רציונל פיזיולוגי לדרגת סמיכות זו</p>
<p>יש להשתמש בשיטות המדידה של IDDSI להחליט אם נוזל מתאים ל-IDDSI רמה 2, למרות התיאורים הקיימים לגבי מראה הנוזל</p> <p>שיטת הבדיקה</p> <p>ראה גם: מסמך שיטות בדיקות או http://iddsi.org/framework/drink-testing-methods/</p>	
<ul style="list-style-type: none"> • הנוזל הנבדק זורם דרך מזרק slip tip 10 מ"ל ומשאר שארית של 4-8 מ"ל במזרק לאחר 10 שניות (ראיה הוראות למבחן המזרק) 	<p>מבחן הזרימה של IDDSI</p>

#לפני הבדיקה
יש למדוד את אורך המזרק מאחר וישנן שוניות באורכי המזרקים. על המזרק להראות בהתאם לתרשים מימין.



אורך של 10 מ"ל בשנתות = 61.5 מ"מ

רמה 4: השתמש במבחן טפטוף מזלג/מבחן הטיית כף של IDDSI

<p>1. הסר את הבוכנה ומקם את האצבע כמו בתרשים</p>	<p>2. מלא 10 מ"ל כשהאצבע חוסמת את פתח היציאה של המזרק</p>	<p>3. שחרר את האצבע ומדוד 10 שניות</p>	<p>4. עצור מדידה לאחר 10 שניות וחסום את פתח היציאה לבחון כמה נותר במזרק.</p>



טחון חלק בסמיכות בינונית

סמיכות בינונית



<ul style="list-style-type: none"> • ניתן לשתות את המרקם מכוס • מצריך מאמץ בכדי לשתות רמת סמיכות זו דרך קשית עם קוטר רחב (קשית בקוטר 6.9 מ"מ) • לא ניתן לערום בשכבות על צלחת או לעצב בתבנית מאחר ואינו שומר על צורתו • לא ניתן לאכול במזלג מכיוון שמטפסף באיטיות בגושים דרך שיני המזלג • ניתן לאכול בכף • לא נדרש עיבוד אוראלי או לעיסה – ניתן לבלוע ישירות • מרקם חלק, ללא "חתיכות" (גושים, סיבים, חתיכות קליפה, חלקי עצמות או סחוס) 	<p>תיאור / מאפיינים</p>
<ul style="list-style-type: none"> • מתאים כאשר שליטת הלשון אינה מספקת לשליטה בנוזל בסמיכות קלה (רמה 2) • מאפשר משך זמן ארוך יותר ליצירת שליטה אוראלית • מצריך תנועת הנעה מאומצת של הלשון • כאב בבליעה. 	<p>רציונל פיזיולוגי לדרגת סמיכות זו</p>

יש להשתמש בשיטות המדידה של IDDSI להחליט אם הנוזל/מזון מתאים ל-IDDSI רמה 3.

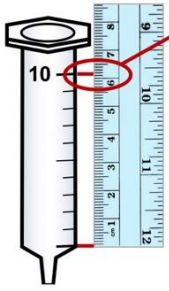
שיטות הבדיקה

ראה גם: מסמך שיטות בדיקות או

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

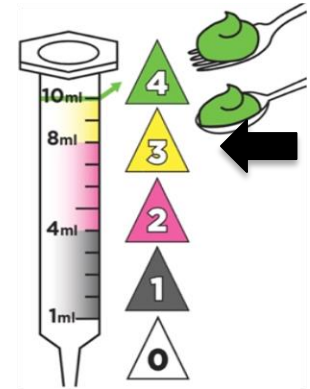
<ul style="list-style-type: none"> • הנוזל הנבדק זורם דרך מזרק 10 slip tip מ"ל ומשאיר יותר מ- 8 מ"ל נוזל במזרק לאחר 10 שניות (ראה הוראות למבחן המזרק) 	<p>מבחן הזרימה של IDDSI</p>
<ul style="list-style-type: none"> • זולג באיטיות בגושים דרך שיני המזלג • שיני המזלג לא משאירים תבנית ברורה על פני המזון • אם נשפך על שטח שטוח, מתפזר 	<p>מבחן טפטוף ממזלג</p>
<ul style="list-style-type: none"> • כאשר מטים את הכף, נשפך בקלות; אינו נדבק לכף 	<p>מבחן הטיית כף</p>
<ul style="list-style-type: none"> • מקלות אכילה אינם מתאימים למרקם זה 	<p>מבחן מקלות אכילה</p>
<ul style="list-style-type: none"> • לא ניתן לאחוז מרקם זה עם האצבעות. יחד עם זאת, המרקם זורם באופן חלק ובקלות בין האגודל והאצבע, ומשאיר אחריו שכבה 	<p>מבחן אצבע</p>

לפני הבדיקה
יש למדוד את
אורך המזרק
מאחר וישנן
שונויות באורכי
המזרקים. על
המזרק להראות
בהתאם לתרשים
מימין



אורך של 10 מ"ל בשנתות = 61.5 מ"מ

רמה 4: השתמש במבחן
טפטוף מזלג/מבחן הטיית כף
של IDDSI



1. הסר את הבוכנה ומקם את האצבע כמו בתרשים	2. מלא 10 מ"ל כשהאצבע חוסמת את פתח היציאה של המזרק	3. שחרר את האצבע ומדוד 10 שניות	4. עצור מדידה לאחר 10 שניות וחסום את פתח היציאה לבחון כמה נותר במזרק.



טחון חלק בסמיכות בינונית
סמיכות בינונית



מטפטף באיטיות/בגושים דרך שיני המזלג



סמיכות כבדה

טחון חלק בסמיכות כבדה



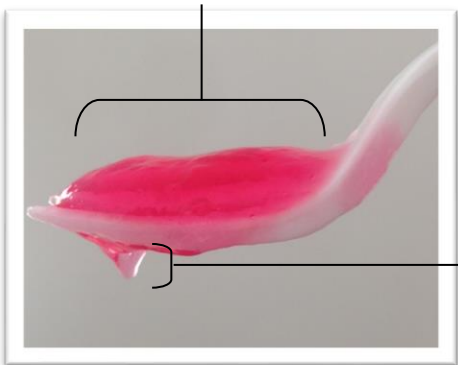
<ul style="list-style-type: none"> • לרב נאכל עם כף (ניתן לאכול במזלג) • לא ניתן לשתות מכוס כיוון שלא זורם בקלות • לא ניתן לשתות בשאיבה מקש • לא מצריך לעיסה • ניתן לערום בשכבות או לעצב בתבנית כיוון שצורתה נשמרת • מדגים תנועה איטית כאשר נתון לכח כבידה, אבל לא ניתן למזיגה • נופל מכף באופן שלם כאשר מטים את הכף, וממשיך לשמור על צורתו על צלחת • ללא גושים • לא דביק • על הנוזל לא להיפרד מהמוצק 	<p>תיאור/מאפיינים</p>
<ul style="list-style-type: none"> • במצבים בהם שליטת הלשון מופחתת משמעותית, קטגוריה זו יכולה להיות הנוחה ביותר למטופל. • במצבים בהם נדרש פחות מאמץ להנעת הבולוס בהשוואה למרקם ברמה 5 – מזון מעורב ולח, רמה 6 – מזון רך וחתוך, רמה 7 קל ללעיסה ורמה 7 – מזון רגיל, אבל נדרש יותר מאמץ בהשוואה לרמה 3 – סמיכות בינונית/מזון טחון חלק בסמיכות בינונית. • אין צורך בלעיסה או נגיסה. • אם דביק מידי, יש סיכון לשאריות רבות • כל מזון שמצריך לעיסה, מניפולציה, או עיבוד ויצירת בולוס אינו מתאים • כאב בלעיסה או בליעה • שיניים חסרות, תותבות לא מתאימות 	<p>רציונל פיזיולוגי לדרגת סמיכות זו</p>
<p>למרות שמצורפים תיאורים, השתמשו בשיטות המדידה של IDDSI על מנת לקבוע אם המזון/המשקה מתאים לרמת IDDSI 4.</p> <p>ראה גם: מסמך שיטות בדיקות או http://iddsi.org/framework/drink-testing-methods</p>	
<ul style="list-style-type: none"> • אין זרימה או טפטוף ממזרק 10 מ"ל לאחר 10 שניות (ראה הוראות לביצוע מבחן זרימה) - השתמשו במבחן טפטוף ממזלג או מבחן הטיית כף. 	<p>מבחן הזרימה של IDDSI</p>
<ul style="list-style-type: none"> • חלק ללא גושים עם מינימום של גרגרים • כאשר לוחצים עם מזלג על שטח הנוזל/המזון הטחון בסמיכות כבדה, שיני המזלג יכולים ליצור תבנית ברורה על שטח המזון, ו/או התבנית של שיני המזלג נשמרת על פני המזון. 	<p>מבחן לחץ מזלג</p>
<ul style="list-style-type: none"> • הדגימה יושבת בערימה מעל המזלג; כמות קטנה יכולה לזרום דרך שיני המזלג וליצור זנב בתחתית המזלג, אבל אינה זורמת או מטפטפת בצורה מתמשכת דרך שיני המזלג (ראה תמונה למטה). 	<p>מבחן טפטוף ממזלג</p>

<ul style="list-style-type: none"> • המזון לכיד מספיק כדי לשמור על צורתו על הכף. • כאשר מטים את הכף ונותנים פליק עדין (על ידי שורש כף היד), המזון נשפך בקלות מהכף לצלחת כאשר מעט מאוד מזון נשאר בכף; שכבה דקה של מזון שנשארת על הכף לאחר הטייתה מתקבלת אך, עדין צריך לראות את הכף דרך השכבה הדקה. כלומר, המזון לא קשיח ולא נדבק לכף. • הדגימה עשויה להתפשט מעט או ליפול לאט מאוד על צלחת שטוחה. 	מבחן הטיית כף
<ul style="list-style-type: none"> • מקלות אכילה אינם מתאימים למרקם זה. 	כאשר אין מזלגות מבחן מקלות אכילה (צ'ופסטיקס)
<ul style="list-style-type: none"> • אפשרי לאחוז דגימה של המרקם הזה עם האצבעות. המרקם זורם באופן חלק ובקלות בין האגודל והאצבע, ומשאר שכבה. 	כאשר אין מזלגות מבחן אצבע
<ul style="list-style-type: none"> • לא נופל מכף כאשר מטים אותה • נדבק לכף 	אינדיקציות לכך שהבולס סמיך מידי

מזונות ספציפיים או דוגמאות

הפריטים הבאים מתאימים לרמת IDDSI 4: מחיות שמתאימות לתינוקות (למשל, בשר טחון, דייסה סמיכה)

יושב בערימה או בתלולית מעל מזלג

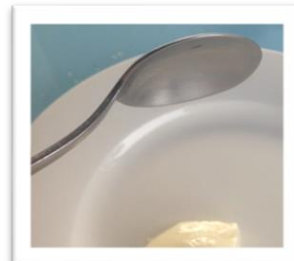


סמיכות כבדה
טחון חלק בסמיכות כבדה



כמות קטנה יכולה לזרום דרך שיני המזלג וליצור זנב בתחתית המזלג, אבל אינה זורמת או מטפטפת בצורה מתמשכת

מבחן הטיית כף: המזון שומר על צורתו על הכף; אינו קשיח ואינו דביק; מעט מזון נותר על הכף

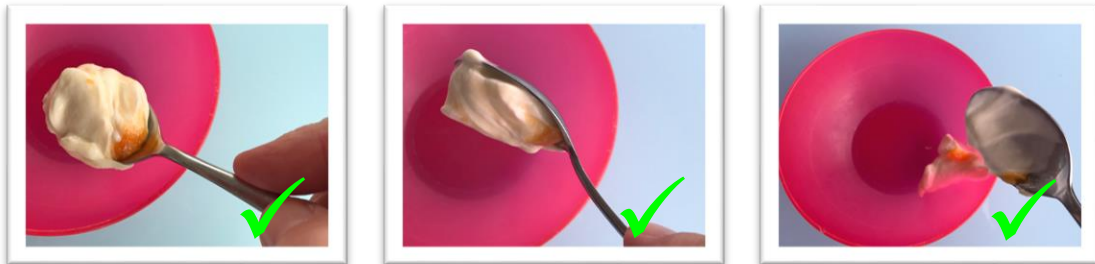


התמונות הבאות מדגימות מזונות לא מתאימים לרמה 4 על פי מבחן הטיית כף

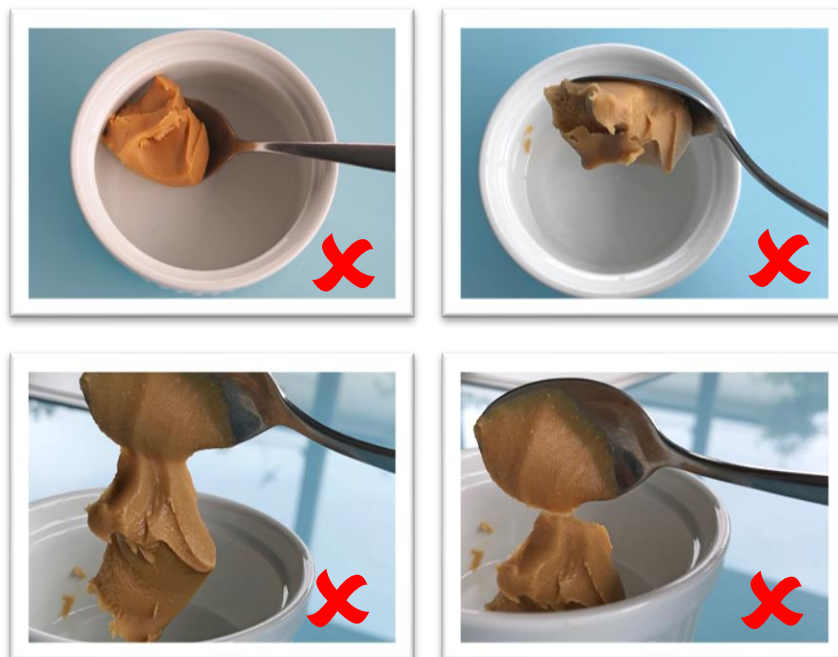
מבחן הטיית כף: **בטוח**: שומר על צורתו בכף; לא מוצק ודביק; מעט מזון נשאר על הכף.



מבחן הטיית הכף: **בטוח**: שומר על צורתו בכף; לא מוצק ודביק; מעט מזון נשאר על הכף.



מבחן הטיית הכף: **מסוכן**: שומר על צורתו בכף; מוצק ודביק; מזון רב נשאר על הכף לאחר הטיית הכף





מזון מעוך ולח



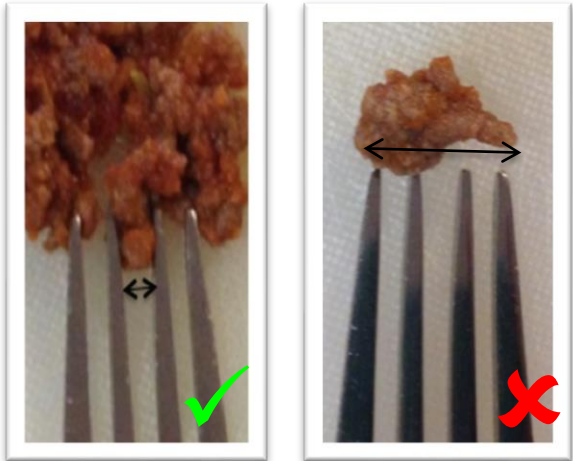
<ul style="list-style-type: none"> • ניתן לאכילה עם מזלג או כף • ניתן לאכילה עם מקלות אכילה במקרים מסוימים, אם האדם בעל שליטה ידנית טובה • ניתן ליצור ממנו צורה על צלחת (למשל, לצורת כדור) • רך ולח ללא היפרדות נוזל דליל • גושים קטנים נראים במזון ➤ אוכלוסייה פדיאטרית, שווה או פחות מ-2 מ"מ רוחב ולא יותר מ-8 מ"מ אורך ➤ מבוגרים, שווה או פחות מ-4 מ"מ רוחב ולא יותר מ-15 מ"מ באורך • ניתן למעוך את הגושים בקלות עם הלשון 	<p>תיאור / מאפיינים</p>
<ul style="list-style-type: none"> • אין צורך בנגיסה • נדרשת לעיסה מינימלית • פירוק החלקיקים הקטנים במרקם מתאפשר בכוח הלשון, ללא צורך בכוח נוסף • נדרש כוח הלשון להנעת הבולוס • כאב או עייפות בלעיסה • שיניים חסרות, תותבות לא מתאימות 	<p>רציונל פיזיולוגי לדרגת סמיכות מרקם זה</p>
<p>למרות שניתנים כאן תיאורים, השתמשו בשיטות המדידה של ה- IDDSI להחליט אם המזון עונה על רמת IDDSI 5. שיטות מדידה</p> <ul style="list-style-type: none"> • http://iddsi.org/framework/food-testing-methods/ 	
<ul style="list-style-type: none"> • כאשר לוחצים את חלקיקי המזון עם מזלג, הם אמורים להיפרד בקלות ולצאת מבין שיני המזלג • ניתן למעוך בקלות עם מעט לחץ מהמזלג (הלחץ לא צריך לגרום להלבנת ציפורן האגודל) 	<p>מבחן לחץ מזלג</p>
<ul style="list-style-type: none"> • כאשר דגימת המזון נערמת על המזלג היא אינה זורמת או נופלת בקלות או בשלמות דרך שיני המזלג. 	<p>מבחן טפטוף ממזלג</p>
<ul style="list-style-type: none"> • לכיד דיו בכדי לשמור על צורתו על כף • כאשר הכף מוטה או מסובבת לצד או מנוערת קלות; הכמות המלאה של המזון מחליקה או גולשת מהכף. המזון צריך להחליק בקלות עם מעט מאוד שאריות מזון על הכף, כלומר המזון אינו דביק. • תלולית מהדגימה יכולה להימרח או להתפשט מעט על צלחת 	<p>מבחן הטיית כף</p>
<ul style="list-style-type: none"> • ניתן להשתמש במקלות אכילה בכדי לגרוף או להחזיק את המרקם אם המזון לח ואחיד ולאדם יש שליטה ידנית טובה במקלות האכילה 	<p>כאשר אין להשיג מזלגות מבחן מקלות אכילה (צ'ופסטיקס)</p>
<ul style="list-style-type: none"> • ניתן להחזיק דגימה ממרקם זה עם האצבעות; ניתן למעוך בין האצבעות. חלקיקים עגולים, חלקים קטנים ורכים. המזון מרגיש לח ומשאיר את האצבעות רטובות. 	<p>כאשר אין מזלגות מבחן האצבע</p>

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

בשר

- טחון או קצוץ, למרקם דק ורך
 - באוכלוסייה פדיאטרית, שווה או פחות מ-2 מ"מ רחב ולא יותר מ-8 מ"מ באורך.
 - במבוגרים, שווה או פחות מ-4 מ"מ רחב ולא יותר מ-15 מ"מ באורך.
- הגישו ברוטב חלק בסמכות קלה עד סמיכה מאוד. יש לסנן עודף נוזלים
- במידה והמרקם אינו נטחן דק, יש להגיש אותו כמחית

השתמש בחריץ בין שיני המזלג (4 מ"מ) לקבוע האם החתיכות הטחונות בגודל מתאים



דגים

- מעוך היטב וחלק ברוטב בסמיכות קלה עד סמיכה מאוד. יש לסנן עודף נוזלים
 - באוכלוסייה פדיאטרית, שווה או פחות מ-2 מ"מ רחב ולא יותר מ-8 מ"מ באורך.
 - במבוגרים, שווה או פחות מ-4 מ"מ רחב ולא יותר מ-15 מ"מ באורך.

פירות

- הגישו קצוץ דק או מעוך או טחון
- יש לסנן מעודף של מיץ.
- אם צריך, הגישו עם רוטב חלק בסמכות קלה עד סמיכה מאוד וסננו מעודף נוזלים. אסור שנוזל דק יפרד מהמזון.
- באוכלוסייה פדיאטרית, שווה או פחות מ-2 מ"מ רחב ולא יותר מ-8 מ"מ באורך.
- מבוגרים, שווה או פחות מ-4 מ"מ רחב ולא יותר מ-15 מ"מ באורך.

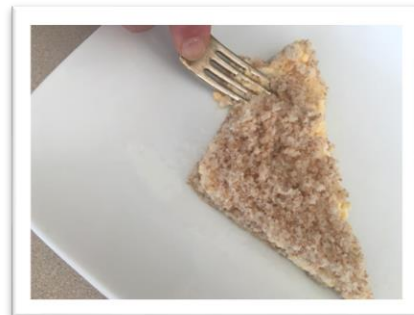
ירקות

- הגישו קצוץ דק או מעוך או טחון
- יש לסנן מעודף של נוזל
- אם צריך, הגישו עם רוטב חלק בסמכות קלה עד סמיכה מאוד וסננו מעודף נוזלים. אסור שנוזל דק יפרד מהמזון.
- באוכלוסייה פדיאטרית, שווה או פחות מ-2 מ"מ רחב ולא יותר מ-8 מ"מ באורך.
- מבוגרים, שווה או פחות מ-4 מ"מ רחב ולא יותר מ-15 מ"מ באורך.

- סמיך מאוד וחלק עם חתיכות קטנות רכות
 - באוכלוסייה פדיאטרית, שווה או פחות מ-2 מ"מ רוחב ולא יותר מ-8 מ"מ באורך.
 - מבוגרים, שווה או פחות מ-4 מ"מ רוחב ולא יותר מ-15 מ"מ באורך.
- המרקם רך במלואו
- חלב או נוזלים אינם נפרדים מהדייסה. יש לסנן נוזל עודף לפני ההגשה

לחם

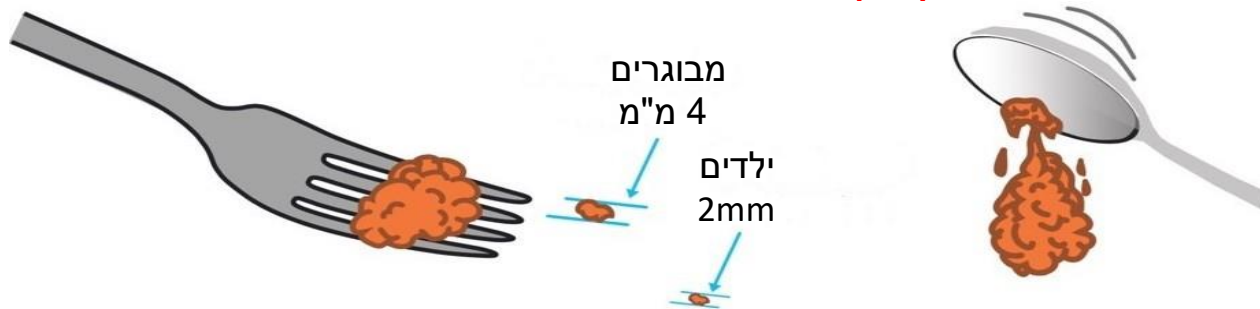
- ללא לחם רגיל, יבש, כריך או טוסט אלא אם כן הומלץ על ידי קלינאית תקשורת המתמחה בבליעה.
- ניתן לצפות במתכון לכריך מתאים באתר הבא IDDSI רמה 5
<https://www.youtube.com/watch?v=W7bOufqmz18>
- לחם מרוכך עם נוזל סמיך שהינו לח מאוד לכל עובייה של הפרוסה



אורז, קוסקוס, קינואה (ומזונות במרקם דומה)

- לא דביק או עמילני (בייחוד אורז קצר)
- לא נפרד לגרגרים נפרדים כאשר מבושל ומוגש (בייחוד אורז ארוך)
- הגישו ברוטב חלק בסמיכות קלה עד סמיכה מאוד והקפידו שהרוטב לא ניפרד מהאורז, קוסקוס, קינואה (ומזונות במרקם דומה). סננו עודפי נוזלים לפני ההגשה.

מזון מעוך ולח חייב לעבור את כל שלושת המבחנים



מבחן לחץ מזלג IDDSI

פדיאטריה שווה או פחות מ-2 מ"מ רוחב ולא יותר מ-8 מ"מ אורך.

מבוגרים, שווה או פחות מ-4 מ"מ רוחב ולא יותר מ-15 מ"מ אורך.

4 מ"מ הוא בערך הרווח בין שיני מזלג סטנדרטי

רך מספיק למעיכה בקלות עם מזלג או כף

הלחץ לא צריך לגרום להלבנת ציפורן האגודל

- מבחן הטיית כף IDDSI

הדגימה של המזון שומרת על צורתה על הכף ונופלת בקלות כאשר מטים את הכף או שמנערים קלות את הכף. **אסור** שהדגימה תהיה מוצקה או דביקה



<ul style="list-style-type: none"> • ניתן לאכילה במזלג או כף או מקלות אכילה • ניתן למעור/לפרק בעזרת לחץ ממצלג, כף או מקלות אכילה • אין צורך בסכין על מנת לחתוך את המזון, אך ניתן להשתמש בסכין על מנת להעמיס את המזון על מזלג או כף. • רך, עדין ולח במלואו, אך ללא הפרדות של נוזל דליל • נדרשת לעיסה לפני הבליעה • חתיכות בגודל ביס כפי שמתאים לגודל ויכולות עיבוד אוראליות • אוכלוסייה פדיאטרית: חתיכות בגודל 8 מ"מ (לא יותר גדול מ-8 מ"מ) • מבוגרים: חתיכות בגודל 15 מ"מ (לא יותר גדול מ-1.5 ס"מ) 	תיאור / מאפיינים
<ul style="list-style-type: none"> • אין צורך בנגיסה • יש צורך בלעיסה • גודל חלקיק המזון מותאם לצמצום סיכון לחנק • יש צורך בכוח ושליטת לשון בכדי להניע את המזון בלעיסה ולשומרו בתוך הפה בזמן לעיסה • יש צורך בכוח לשון בכדי להעביר את הבולוס לבליעה • כאב או עייפות בלעיסה • שיניים חסרות, תותבות לא מתאימות 	רציונל פיזיולוגי לדרגת סמיכות מרקם זה
<p>למרות שניתנים כאן תיאורים, השתמשו בשיטות המדידה של IDDSI להחליט אם המזון מתאים לרמה IDDSI 6.</p> <p>שיטות מדידה</p> <p>ראו גם מסמך של שיטות מדידה של IDDSI</p> <p>https://iddsi.org/framework/food-testing-methods/</p>	
<ul style="list-style-type: none"> • לחץ ממזלג המוחזק על צידו משמש לחתוך או לפרק את המרקם לחתיכות קטנות. • כאשר לוחצים חתיכת מזון בגודל ציפורן האגודל (1.5 ס"מ * 1.5 ס"מ) עם תחתית המזלג וציפורן האגודל הופכת לבנה מהלחץ, המזון נמעך, משנה צורתו ואינו חוזר לצורתו המקורית כאשר המזלג מורם. 	מבחן לחץ מזלג
<ul style="list-style-type: none"> • לחץ מכף המוחזקת על צידה משמש לחתוך או לפרק את המרקם לחתיכות קטנות. • כאשר לוחצים חתיכת מזון בגודל ציפורן האגודל (1.5 ס"מ * 1.5 ס"מ) עם תחתית הכף, המזון נמעך ומשנה צורתו ואינו חוזר לצורתו המקורית כאשר הכף מורמת 	מבחן לחץ כף
<ul style="list-style-type: none"> • ניתן להשתמש במקלות אכילה בכדי לחתוך את המרקם לחתיכות קטנות 	מבחן מקלות אכילה <i>כאשר אין נגישות למזלגות</i>
<ul style="list-style-type: none"> • השתמש בדגימה בגודל ציפורן האגודל (1.5 ס"מ * 1.5 ס"מ). ניתן למחוץ את המזון בעזרת לחץ האצבע כך שציפורן האגודל והאצבע מלבינות. המרקם אינו חוזר לצורה המקורית ברגע שהלחץ שוחרר. 	מבחן האצבע <i>כאשר אין נגישות למזלגות</i>

הערה- יש להקפיד על גודל החתיכות בכל סוגי המזונות ברמה 6, רך וחתוך.

באוכלוסייה פדיאטרית - גודל חתיכות 8 מ"מ

במבוגרים- גודל חתיכות 15 מ"מ=1.5 ס"מ

בשר

בשר מבושל ורך, שאינו גדול מ:

- פדיאטריה, חתיכות של 8 מ"מ
- במבוגרים, חתיכות 15 מ"מ=1.5 ס"מ*1.5 ס"מ
- אם לא ניתן להגיש את המרקם כשהוא רך ועדין בגודל 1.5 ס"מ * 1.5 ס"מ (כפי שנבדק על ידי מבחן לחץ מזלג/כף), יש להגיש במרקם מעוך ולח.

דגים

- דג מבושל, רך דיו, שניתן לחתוך אותו לחתיכות קטנות עם מזלג, כף או מקלות אכילה
 - באוכלוסייה פדיאטרית, חתיכות של 8 מ"מ
 - במבוגרים, חתיכות של 15 מ"מ=1.5 ס"מ
- ללא עצמות ועור קשה

תבשיל, קדרה

- על המרכיב הנוזלי במנה להיות סמיך (על פי הנחית קלינאי תקשורת)
- התבשיל יכול להכיל בשר, דגים או ירקות בתנאי שהחתיכות הסופיות הן רכות ועדינות ואינן גדולות מ:
 - בפדיאטריה, 8 מ"מ
 - במבוגרים, 15 מ"מ=1.5 ס"מ
- ללא גושים קשים

פירות

- מוגש מעוך או טחון אם לא ניתן לחתוך לחתיכות רכות.
 - בפדיאטריה, 8 מ"מ
 - במבוגרים, 15 מ"מ=1.5 ס"מ
- חלקים סיביים של הפרי אינם מתאימים
- לסנן מיץ עודף
- יש להעריך יכולת אישית להתמודד עם פירות עם תכולת מים גבוהה (למשל, אבטיח) שבו המיץ נפרד מהמוצק בזמן הלעיסה.

ירקות

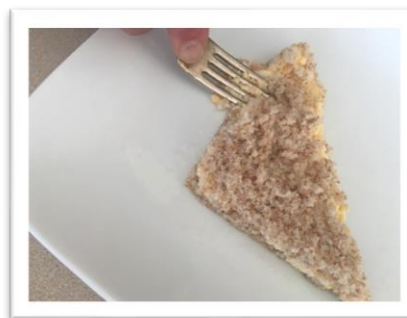
- מאודים או מורתחים בגודל סופי של:
 - בפדיאטריה, חתיכות של 8 מ"מ
 - במבוגרים, חתיכות של 15 מ"מ=1.5 ס"מ
- ירקות מוקפצים לא מתאימים כיוון שלרוב קשים מידי. בדקו רכות בעזרת מבחני המזלג/כף

דגנים

- חתיכות חלקות ורכות שאינן גדולות מ:
 - בפדיאטריה, חתיכות של 8 מ"מ
 - במבוגרים, חתיכות של 15 מ"מ=1.5 ס"מ
- המרקם רך במלואו
- יש לסנן נוזל עודף (חלב) לפני ההגשה או להסמיך לדרגת הסמכה על פי הנחית קלינאי התקשורת..

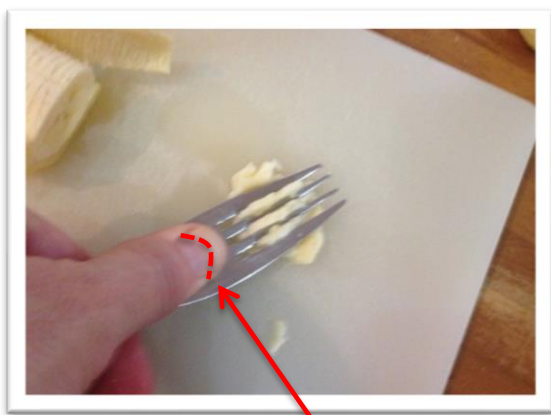
לחם

- ללא לחם, כריך או טוסט אלא אם כן הומלץ, על בסיס אישי, על ידי קלינאית תקשורת המתמחה בבליעה
- השתמשו במתכון כריך של רמת IDDSI 5 מערך ולח המופיע בוידאו והוספו מילוי המתאים לרמה 6 רך וחתוך
- <https://www.youtube.com/watch?v=W7bOufqzmz18>
- לחם מרוכך עם נוזל סמיך שהינו לח מאוד לכל עובייה של הפרוסה



אורז, קוסקוס, קינואה (ומזונות במרקם דומה)

- לא דביק, לא חלקיקי, או עמילני ולא נפרד לגרגירים.



ציפורן האגודל הופכת לבנה מהלחץ



המזון נמערך ואינו חוזר לצורתו המקורית כאשר המזלג מורם



גודל חתיכות המזון לא יהיו גדולים מ-8"מ"מ X 8"מ"מ, גודל גוש בילדים

גודל חתיכות המזון לא יהיו גדולים מאשר 1.5 ס"מ * 1.5 ס"מ גודל ביס במבוגרים

מזון רך וחתוך חייב לעבור שני מבחנים. מבחן גודל חתיכות ומבחן רכות!



ציפורן האגודל הופכת לבנה מהלחץ. המזון נמערך ואינו חוזר לצורתו המקורית כאשר המזלג מורם



קל ללעיסה



<ul style="list-style-type: none"> • מזונות רגילים יום יומיים בעלי מרקם רך המתאימים למצב ההתפתחות והגיל. • ניתן להשתמש בכל שיטה לאכילת מזונות אלו • גודל המזון לא מוגבל ברמה זו, כך שהמזונות יכולים להיות במגוון גדלים. ➢ חתיכות קטנות או גדולות מ-8 מ"מ (פדיאטריה) ➢ חתיכות קטנות או גדולות מ-15 מ"מ = 1.5 ס"מ במבוגרים • זה לא כולל: חתיכות קשות, סיביות, פריכיות או מתפוררות, זרעים, חלקים סיביים מפירות, קליפות או עצמות. • הרמה יכולה לכלול 'שני מרקמים' או 'מרקמים מעורבים', כלומר שילוב של מזון ונוזלים אם נמצאו בטוחים בבדיקת קלינאי תקשורת ברמת IDDSI 0. אם הנוזלים לא בטוחים ברמה 0 ניתן להסמך את הנוזלים לרמת הסמכה המותרת על ידי קלינאי תקשורת. 	<p>תיאור / מאפיינים</p>
<ul style="list-style-type: none"> • המרקם דורש את היכולת לנגוס ללעוס ולבצע את עיבוד המזון בפה במשך מספיק זמן כך שייווצר בולוס לכיד ורך שניתן לבלוע אותו בבטחה. לא מחייב הימצאות שיניים בפה • דורש את היכולת ללעוס ולעבד בפה מזונות רכים מבלי להתעייף בקלות מתאים לאנשים שקשה להם או כואב להם ללעוס ולבלוע מזונות קשים או כאלה הדורשים הרבה לעיסה • רמה זו יכולה להוות סיכון לחנק באנשים שאובחנו על ידי קלינאי תקשורת בסיכון יתר לחנק וזאת כיוון שברמה זו כל גודל של מזון מותרת. • מטרת הגבלת גודל חתיכות המזון היא למנוע חנק (לדוגמה, ברמות 4 סמיכות כבדה, רמה 5 מעוך ולח, רמה 6 חתוך ורך יש הגבלה של גודל חתיכות המזון למניעת חנק) • קלינאי תקשורת מוסמכים יכולים להשתמש ברמה זו למטרות לימוד התפתחותי או כשלב ביניים בדרך להתקדמות למזונות הדורשים מיומנויות לעיסה גבוהים יותר • אם המטופל זקוק להשגחה בזמן האכילה - לפני מתן מרקם 7 קל ללעיסה יש להתייעץ עם קלינאי תקשורת מוסמך לקביעת המרקם המתאים כולל תוכנית מתאימה לאכילה בטוחה. <ul style="list-style-type: none"> ○ עקב בעיות לעיסה ובליעה / או התנהגויות לא בטוחות בזמן הארוחות, אנשים יכולים להיות בסיכון לאכילה כאשר הם ללא השגחה. דוגמאות להתנהגויות לא בטוחות בזמן הארוחה כוללים: לעיסה לא מספקת, הכנסת הרבה מזון לפה בבת אחת, אכילה מהירה מידי או בליעה של כמות גדולה של מזון או חוסר יכולת עצמית לאמוד ולווסת יכולת לעיסה. ○ יש להתייעץ עם קלינאי תקשורת לגבי הצרכים הספציפיים של מטופלים והדרישות לפיקוח בזמן אכילה. ○ כאשר נדרש פיקוח בזמן ארוחות, ניתן לתת רמה 7 קל ללעיסה רק בתנאי שקלינאי תקשורת מוסמך רשם את ההנחיות וההמלצות בכתב. 	<p>רציונל פיזיולוגי לדרגת סמיכות מרקם זה</p>

למרות שיש כאן תיאורים לרמה זו, השתמשו בשיטות המדידה של ה-IDDSI להחליט אם המזון מתאים לרמה 7 קל ללעיסה.

שיטות מדידה

ראו את המסמך של ה-IDDSI המתייחס לשיטות המדידה

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

<ul style="list-style-type: none">• לחץ ממזלג המוחזק על צידו משמש לחתוך או לפרק את המרקם לחתיכות קטנות.• כאשר לוחצים חתיכת מזון בגודל ציפורן האגודל (1.5 ס"מ * 1.5 ס"מ) עם תחתית המזלג וציפורן האגודל הופכת לבנה מהלחץ, המזון נמעך, משנה צורתו ואינו חוזר לצורתו המקורית כאשר המזלג מורם.	מבחן לחץ מזלג
<ul style="list-style-type: none">• לחץ מכף המוחזקת על צידה משמש לחתוך או לפרק את המרקם לחתיכות קטנות.• כאשר לוחצים חתיכת מזון בגודל ציפורן האגודל (1.5 ס"מ * 1.5 ס"מ) עם תחתית הכף, המזון נמעך ומשנה צורתו ואינו חוזר לצורתו המקורית כאשר הכף מורמת	מבחן לחץ כף
<ul style="list-style-type: none">• ניתן להשתמש במקלות אכילה בכדי לחתוך את המרקם לחתיכות קטנות	<i>כאשר אין נגישות למזלגות</i> מבחן מקלות אכילה
<ul style="list-style-type: none">• השתמש בדגימה בגודל ציפורן האגודל (1.5 ס"מ * 1.5 ס"מ). ניתן למחוץ את המזון בעזרת לחץ האצבע כך שציפורן האגודל והאצבע מלבינות. המזון מתפרק ונמעך ואינו חוזר לצורה המקורית ברגע שהלחץ שוחרר	<i>כאשר אין נגישות למזלגות</i> מבחן האצבע

מזונות ספציפיים או דוגמאות אחרות:

בשר

- מבושל עד שרך.
- אם לא ניתן להגיש את הבשר במרקם רך, הגישו את הבשר מעוך ולח

דגים

- דג מבושל מספיק רך שניתן לפירוק לחתיכות קטנות בעזרת כף או מזלג המוחזקת על צידה .

תבשיל, קדרה

- התבשיל יכול להכיל קומבינציה של בשר, דגים או ירקות בתנאי שהחתיכות הסופיות הן רכות ועדינות
- הגישו עם רוטב בסמיכות בינונית עד סמיכות כבדה וסננו עודפי נוזלים
- ללא גושים קשים

פירות

- רכים מספיק לפירוק לחתיכות קטנות בעזרת כף או מזלג המוחזקים על צידם. אין להגיש חלקים סיביים של הפרי (לדוגמה, החלק הלבן של התפוז).

ירקות

- יש לאדות או להרתיח ירקות עד שיהיו רכים. ירקות מוקפצים לא תמיד מתאימים כיוון שלרוב קשים מידי. בדקו רכות בעזרת מבחני לחץ מזלג/כף.

מבנה IDDSI ותיאור המרקמים הינו תחת רשיון

[Creative Commons Attribution-Sharealike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)

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

IDDSI 2.0 | July, 2019

דגנים

- מוגש במרקם מרוכך
- יש לסנן נוזל עודף (חלב) לפני ההגשה או להסמיך לדרגת הסמכה על פי הנחית קלינאי התקשורת

לחם

- לחם, כריך או טוסט שניתן לפרק לחתיכות קטנות בעזרת כף או מזלג המוחזקת על צידה. ניתן לספק לחם למטופל רק על פי המלצת קלינאי תקשורת המתמחה בבליעה

- אורז, קוסקוס, קינואה (ומזונות במרקם דומה)
אין הוראות מיוחדות



מזונות קלים ללעיסה מתפרקים בקלות בלחץ מכף או מזלג המוחזקת על צידה וכן עוברים את מבחן לחץ מזלג!



אפשר לחתוך את המזון בקלות בעזרת לחץ ממזלג או כף המוחזקת על צידה

ציפורן האגודל הופכת לבנה מהלחץ. המזון נמער ואינו חוזר לצורתו המקורית כאשר המזלג מורם





רגיל



<ul style="list-style-type: none"> • אוכל רגיל ויומיומי במרקמים שונים המותאמים להתפתחות ולגיל . • ניתן להשתמש בכל שיטה לאכילת מזונות אלו. • המזון יכול להיות קשה ופריך או מזון שבבסיס שלו הוא רך. • גודל הדגימה לא מוגבל ברמה 7 כך שמזונות יכולים להיות בטווח של גדלים: <ul style="list-style-type: none"> ○ גודל קטן או גדול מ-8 מ"מ (פדיאטריה) ○ קטן או גדול מ-15 מ"מ = 1.5 ס"מ (במבוגרים) • כולל מזון קשה, לעיס, סיבי, יבש, קריספי, פריך, ומתפורר. • כולל מזונות המכילים זרעים, גרעינים, קליפות ועצמות • יכול לכלול ' עירוב של שני מרקמים ' או מרקם מוצק בשילוב נזלים. 	<p>תיאור/ מאפיינים</p> <p>אין מגבלות מרקם ברמה זו</p>
<ul style="list-style-type: none"> • יש יכולת לנגוס מזון קשה או רך וללעוס אותו מספיק זמן כך שיהפוך לכדור רך ולכיד /בולוס שמוכן דיו לבליעה. • קיימת יכולת לאכול את כל מגוון מרקמי המזון מבלי להתעייף בקלות. • יש מסוגלות להוציא עצמות או חלקים שלא ניתנים לבליעה כמו עור מהפה בבטחה 	<p>רציונל פיזיולוגי לדרגת מרקם זה</p>

שיטות מדידה

לא ישים

מזונות משתנים



<ul style="list-style-type: none"> • מזון שמתחיל במרקם אחד (למשל מוצק) ומשתנה למרקם אחר בעיקר כאשר עובר הלחה (למשל מים, רוק) או שינוי טמפרטורה (למשל, חימום). 	<p>תיאור/מאפיינים</p>
<ul style="list-style-type: none"> • אין צורך בנגיסה • צורך בלעיסה מינימלית • ניתן להשתמש בלשון בכדי לעבד את המזון ברגע שהשתנה על ידי טמפרטורה או הוספת לחות/רוק. ➤ ניתן להשתמש במזונות אלו לשיקום או לימוד יכולת לעיסה (למשל התפתחות לעיסה באוכלוסייה פדיאטרית ובאוכלוסייה עם קשיים התפתחותיים; שיקום לעיסה לאחר שבץ מוחי). 	<p>רציונל פיזיולוגי לדרגת מרקם זה</p>
<p>למרות שיש כאן תיאורים לרמה זו, השתמשו בשיטות המדידה של ה-IDDSI להחליט אם המזון מתאים לדרישות של מזונות משתנים</p> <p>שיטות מדידה</p> <p>ראו את המסמך של ה-IDDSI המתייחס לשיטות המדידה https://iddsi.org/framework/food-testing-methods/</p>	
<ul style="list-style-type: none"> • לאחר הלחה או חימום, הדגימה יכולה לשנות צורה בקלות ואינה חוזרת לצורתה ברגע שהלחץ הוסר. • השתמש בדגימה בגודל ציפורן האגודל (1.5 ס"מ*1.5 ס"מ). מזוג 1 מ"ל מים על הדגימה והמתן דקה. לחץ על הדגימה עם בסיס המזלג עד שהציפורן מלבינה. המזון הינו מזון משתנה אם לאחר הסרת הלחץ: <ul style="list-style-type: none"> ○ הדגימה נמעכה ונפרדה לחלקיקים ולא נראית בצורתה המקורית. ○ או שהיא נמסה ולא נראית בצורתה המקורית (למשל, פתיתי קרח). 	<p>מבחן לחץ מזלג</p>
<ul style="list-style-type: none"> • ראה לעיל, בשימוש בסיס הכף במקום בסיס המזלג. 	<p>מבחן לחץ כף</p>
<ul style="list-style-type: none"> • השתמש בדגימה בגודל ציפורן האגודל (1.5 ס"מ*1.5 ס"מ). מזוג 1 מ"ל מים על הדגימה והמתן דקה. כאשר משתמשים במקלות אכילה עם לחץ מינימלי, הדגימה צריכה להיפרד לחלקיקים בקלות. 	<p>מבחן מקלות אכילה</p>
<ul style="list-style-type: none"> • השתמש בדגימה בגודל ציפורן האגודל (1.5 ס"מ*1.5 ס"מ). מזוג 1 מ"ל מים על הדגימה והמתן דקה. כאשר משפשפים את הדגימה בין האצבע והאגודל, הדגימה צריכה להיפרד לחלקיקים בקלות. הדגימה לא חוזרת לצורתה המקורית. 	<p>מבחן אצבע</p>

מזונות ספציפיים ודוגמאות אחרות

IDDSI Transitional Foods may include and are not limited to:

'מזונות משתנים' של ה-IDDSI יכולים לכלול ולא מוגבלים ל:

- פתיתי קרח
- גלידה/סורבה אם נמצא כמתאים על ידי קלינאית תקשורת

- Japanese Dysphagia Training Jelly – פרוסה בגודל של 1 מ"מ*15 מ"מ
- עלי וופל
- גביע של גלידה (וופל)
- עוגיות/קרקרים מסוימים
- חטיף צ'יפס מהסוג המעיך (כמו פרינגלס)
- בצק פריך

דוגמאות ספציפיות המשמשות בשיקום בליעה אצל ילדים או מבוגרים

מזונות מסחריים שיש להם מרקם של מזון משתנה כוללים אך אינם מוגבלים ל:

- Veggie Stix™
- Cheeto Puffs™
- Rice Puffs™
- Baby Mum Mums™
- Gerber Graduate Puffs™

אין בתזכור של חברות מסחריות כאן אמירה של המלצה או העדפה על חברות אחרות שלא מוזכרות כאן

<ul style="list-style-type: none"> • מיזגו 1 מ"ל מים לדגימה • המתינו דקה 	<p>מזונות משתנים</p> 
	
<p>ציפורן האגודל מלבינה</p>	<p>הדגימה נמחצת ומתפרקת ואינה חוזרת לצורתה המקורית כאשר הלחץ משוחרר</p>

מרקמי מזון שמהווים סכנת חנק

הדוגמאות נלקחו מהדוח הבינלאומי של הפתולוג הראשי



מרקמים קשים או יבשים מהווים סיכון לחנק מכיוון שהם דורשים יכולת לעיסה טובה שיכולה לפרק את המזון ולערבב אותו עם רוך בכדי להפוך אותם לחים מספיק כדי שיהיו בטוחים לבליעה.
דוגמאות למרקמים קשים או יבשים: אגוזים, גזר טרי, פיצוחים, מזונות בעלי קרום קשה

מרקמים סיביים או קשים מהווים סיכון לחנק מכיוון שהם דורשים יכולת לעיסה טובה, ויכולת ללעיסה ממושכת בכדי לפרק את המזון לחתיכות קטנות מספיק ובטוחות לבליעה.
דוגמאות למרקמים סיביים או קשים: סטייק, אננס

מרקמים צמיגיים מהווים סיכון לחנק מכיוון שהם דביקים ועלולים להיתקע בגג הפה, בשיניים או בלחיים וליפול לתוך דרכי הנשימה
דוגמאות למרקמים צמיגיים: סוכריות / סוכריות / ממתקים, נתחי גבינה, מרשמלו, מסטיק, פירה צמיג

מרקמים פריכים הם סיכון לחנק מכיוון שהם דורשים יכולת לעיסה טובה שיכולה לפרק את המזון ולערבב אותו עם רוך בכדי להפוך אותו לרך, מעוגל ולח מספיק בכדי להיות בטוח לבליעה.
דוגמאות למרקמים פריכים: פצוחים, נקניק פריך, דגני בוקר יבשים

מרקמים שמתפצחים בפה הם סיכון לחנק מכיוון שהם דורשים יכולת לעיסה טובה ויכולת ללעיסה ממושכת בכדי לפרק את המזונות לחתיכות קטנות מספיק ולערבב אותם עם רוך כדי שיהיו בטוחים לבליעה.
דוגמאות למרקמים שמתפצחים בפה: גזר טרי, תפוח, פופקורן

מרקמים עם קוצים וחודים הם סיכון לחנק מכיוון שהם דורשים יכולת לעיסה טובה לפרק אותם לחתיכות קטנות, רכות ומעוגלות ולחות מספיק כדי להיות בטוחים לבליעה.
דוגמאות למרקמים עם קוצים וחודים: שבבי תירס יבשים

מרקמים פירוריים הם סיכון לחנק מכיוון שהם זקוקים לשליטה טובה בלשון בכדי לאחד חתיכות של מזון פירורי ולערבב עם מספיק רוך בכדי לגבש אותם יחד כך שהמזון יהיה לח ובטוח לבליעה.
דוגמאות למרקמים פירוריים: עוגות יבשות פירוריות, עוגיות יבשות, ביסקוויטים יבשים או לחמנייה מתוקה

מרקמים עם חרצנים, זרעים והחלקים הלבנים של הפרי מהווים סיכון לחנק מכיוון שהם קשים ומהווים חלק ממרקמים קשים או סיביים אחרים, כך שתהליך ההפרדה וההוצאה שלהם מהפה הופך להיות תהליך מורכב.
דוגמאות למרקמים עם חרצנים, זרעים וחלקי פרי לבנים כוללים זרעי תפוח או דלעת, החלק הלבן של התפוזים

עור, תרמילים או קליפות חיצוניות מהווים סיכון לחנק מכיוון שהחתיכות הן לעיתים קרובות סיביות, קוצניות ויבשות ונדרשת יכולת לעיסה טובה בכדי להקטין את החתיכות, לרכך אותן עם רוך בכדי להפוך אותן לחות, או לאפשר להוציא אותן מהפה. חתיכות קטנות אלה נדבקות לשיניים ולחניכיים ונתפסות בגרון בעת בליעתן.
דוגמאות לעור, תרמילים או קליפות חיצוניות כוללות קליפות אפונה, קליפת ענבים, סובין, פסיליום

עצם או סחוס הם סיכון לחנק מכיוון שחתיכות אלו קשות ולא נלעסות ונבלעות בדרך כלל. נדרשים כישורי לשון טובים כדי להסיר אותם ממרקם המזון אליו הם מחוברים, ואז להוציא את העצם או הסחוס מהפה.
דוגמאות לעצם או לסחוס כוללים עצמות עוף, עצמות דגים

מזונות עגולים או ארוכים הם סיכון לחנק מכיוון שאם הם לא נלעסים לחתיכות קטנות ונבלעים בשלמותם יש להם צורה שיכולה לחסום לחלוטין את דרכי הנשימה ולגרום לחנק.
דוגמאות למאכלים עגולים או ארוכים כוללים נקניקות, ענבים

מרקמים דביקים או מגומי הם סיכון לחנק מכיוון שהם דביקים ועלולים להיתקע בגג הפה, בשיניים או בלחיים וליפול לדרכי הנשימה. הם דורשים יכולת לעיסה ממושכת וטובה והוספת רוך להפחתת הדביקות כדי שיהיו בטוחים לבליעה.

דוגמאות למרקמים דביקים או מגומי: חמאת אגוזים, שיבולת שועל מבושלת מדי, ג'לטין אכיל, פרי המכיל ג'לי, ממתקים

מרקמים חוטיים או עם גידים מהווים סיכון לחנק מכיוון שיכול להיות קשה לחתוך את החוטים/גידים והבשר יכול להילכד עם חלק בפה וחלק בגרון קשור זה לזה על ידי החוט/גיד.

דוגמאות למרקמים חוטים כוללים: שעועית ירוקה

מרקמים מעורבים דלילים-סמיכים מהווים סיכון לחנק מכיוון שהם דורשים יכולת להחזיק את החלק הסמיך בפה בזמן שהחלק הנוזל הדליל נבלע. לאחר הבליעה של החלק הנוזלי הדליל ממשיכים ללעוס ולבלוע את החלקים הסמיכים יותר. זו משימה מורכבת מאוד לביצוע בחלל הפה.

דוגמאות למרקמים מעורבים דלילים-סמיכים כוללים: מרק עם חתיכות מזון, חתיכות דגנים עם חלב

מרקמי מזון מורכבים הם סיכון לחנק מכיוון שהם דורשים יכולת לעיסה ותפעול מגוון של מרקמי מזון בבת אחת בחלל הפה.

דוגמאות למרקמי אוכל מורכבים כוללים: המבורגר, נקניקיה, כריך, קציצות עם ספגטי, פיצה

מרקמים גמישים מהווים סיכון לחנק מכיוון שאם הם לא נלעטים לחתיכות קטנות הם הופכים דקים ורטובים ויכולים לכסות את פתחי דרכי הנשימה ולעצור את זרימת האוויר.

דוגמאות למרקמים גמישים כוללים: חסה, מלפפון פרוס דק, עלי תרד

מרקמי אוכל עסיסי שבהם המיץ נפרד מהאוכל בעת הלעיסה מהווה סיכון לחנק מכיוון שהוא זקוק לאדם שמסוגל לבלוע את המיץ תוך שליטה על החלק המוצק בפה, לאחר שהמיץ נבלע יש צורך ביכולת לעיסה טובים כדי לחתוך את המזון לחתיכות קטנות יותר ולאפשר בליעה בטוחה. זו משימה מורכבת לביצוע בחלל הפה.

דוגמא למרקמי אוכל עסיסיים כוללים: אבטיח

קליפות או קרום קשים שנוצרו במהלך בישול או חימום מהווים סיכון לחנק מכיוון שהם דורשים יכולות לעיסה טובות בכדי לפרק אותם לחתיכות קטנות יותר תוך כדי ערבוב עם מרקמי מזון אחרים שלא הושפעו מתהליך החימום.

מזונות המהווים סיכון לחנק - דו"ח שלאחר המוות

מבואות

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., Fazyen-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.

<https://iddsi.org/framework/>

- IDDSI Testing Methods
- IDDSI Evidence
- IDDSI Frequently Asked Questions (FAQs)

תודות

Development of the IDDSI framework (2012-2015)

IDDSI would like to thank and acknowledge the following sponsors for their generous support in the development of the IDDSI framework:

- Nestlé Nutrition Institute (2012-2015)
- Nutricia Advanced Medical Nutrition (2013-2014)
- Hormel Thick & Easy (2014-2015)
- Campbell's Food Service (2013-2015)
- apetito (2013-2015)
- Trisco (2013-2015)
- Food Care Co. Ltd. Japan (2015)
- Flavour Creations (2013-2015)
- Simply Thick (2015)
- Lyons (2015)