

注：括号内的「杰」是广东话用字

国际吞咽障碍饮食标准化创办组织 (IDDSI)

完整 IDDSI 框架及详细定义

2.0 | 2019

简介

国际吞咽障碍饮食标准化创办组织 (The International Dysphagia Diet Standardisation Initiative 简称 IDDSI) 于 2013 年成立，积极为吞咽障碍患者订立全球公认的食物质地及液体浓稠度定义，为处于不同年龄阶段、护理环境及文化的吞咽障碍患者服务。

经过三年来的努力，国际吞咽障碍饮食标准化委员会 (International Dysphagia Diet Standardisation Committee) 于 2016 年订立、2017 年出版了一套适用于吞咽障碍患者的饮食框架。框架由八个连续等级 (0-7) 组成，每个等级均以数字、文字描述及颜色作为区别。[请参考: 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>]

国际吞咽障碍饮食标准 (IDDSI) 完整框架及详细定义 (2019) 是继 2016 年版本后最新的更新版本。此文件提供 IDDSI 框架内所有等级的详细描述。描述内容由简易的量度方法组成，用于确认食物的浓稠等级，适合吞咽障碍的患者、看护人员、临床医护人员、饮食界专业人士或企业使用。

本文件需与下列文件阅读 (<http://iddsi.org/framework/>) : 《IDDSI 测试方法 2019》、《IDDSI 证据阐述 2019》及《IDDSI 常见问题 (FAQs) 2019》。

IDDSI 的饮食框架为食物质地和饮品的浓稠度提供通用术语。多个 IDDSI 的测试方法令用家可以即时检验食物质地或饮品的浓稠度。测试时与饮食时的食物或饮品状态应是相符，尤其是食物或饮品的温度。临床专业人士需透过详细的临床评估及了解患者需要来订立个人化的饮食建议。

IDDSI 委员会在此感谢参与本项目的人士，参与者来自全球各地，包括患者、看护人员、医疗人员、企业、专业组织及研究人员。我们感谢所有赞助单位的慷慨支持。

详情可浏览 <https://iddsi.org/>

国际吞咽障碍饮食标准化委员会

国际吞咽障碍饮食标准化委员会是由一群不受报酬的志愿者成立的。
成员们提供宝贵的专业知识和时间，力求造福国际社会。

联合主席: Peter Lam (加拿大) & Julie Cichero (澳洲) -

理事会成员: Jianshe Chen (中国), Roberto Dantas (巴西), Janice Duivesteyn (加拿大), Ben Hanson (英国), Jun Kayashita (日本), Mershen Pillay (南非), Luis Riquelme (美国), Catriona Steele (加拿大), Jan Vanderwegen (比利时)

前理事会成员: Joseph Murray (美国), Caroline Lecko (英国), Soenke Stanschus (德国)

特别感谢以下中文翻译小组成员让一份全球适用的 IDDS 中文版本得以实现：
(排名以姓名字母为序)

陈文琪
香港大学吞咽研究所 (副教授 / 言语治疗师)

陈建设 (教授)
浙江工商大学食品与生物工程学院

陈慧君
国立台湾大学医学院附设医院 (注册营养师)

郑千惠
国立台湾大学医学院附设医院 (注册营养师)
台湾咀嚼吞咽障碍医学学会 (常务理事)

许家甄
马偕医学院听力暨语言治疗学系 (助理教授 / 语言治疗师)

邝伊兰
香港理工大学中文及双语学系 (助理教授 / 言语治疗师)

李燕珊
新加坡中央医院 (语言言语治疗师)

白慧萍
新加坡中央医院 (语言言语治疗师)

黄靖雯
新加坡理工大学 / 新加坡中央医院 (副教授 / 语言言语治疗师)

王如蜜
中南大学湘雅二医院康复医学科(言语治疗师)

国际吞咽障碍饮食标准化创办组织股份有限公司(IDDSI Inc.) 是一个独立的非牟利组织。 IDDSI 幸获众多机构、组织及企业合作伙伴提供财政及各项支持。赞助单位并无参与 IDDSI 框架的设计及研发过程。

IDDSI 框架仍在推行。 IDDSI 向所有协助推行的赞助单位表达深切谢意
<http://iddersi.org/about-us/sponsors/>

感谢以下小组成员共同建立简体中文译本的初版

专家组：

| | |
|-----|------------------------|
| 郝建萍 | 美国北卡罗来纳中央大学 |
| 陈建设 | 浙江工商大学食品与生物工程学院 |
| 周惠嫦 | 佛山市第一人民医院 |
| 王如蜜 | 中南大学湘雅二医院 |
| 潘化平 | 南京医科大学附属江宁医院 |
| 冯 辉 | 中南大学湘雅护理学院 |
| 林 枫 | 南京医科大学附属逸夫医院 |
| 兰 月 | 广州市第一人民医院 |
| 郭钢花 | 郑州大学第五附属医院 |
| 宫本明 | 神户国际大学 |
| 覃惠英 | 中山大学附属肿瘤医院 |
| 熊雪红 | 中南大学湘雅二医院 |
| 席艳玲 | 新疆医科大学第一附属医院 |
| 邹永玲 | 中国医科大学附属盛京医院 |
| 孙建琴 | 复旦大学附属华东医院 |
| 张妙媛 | 中南大学湘雅二医院 |
| 张巧俊 | 西安交通大学第二附属医院 |
| 魏鹏绪 | 国家康复辅具研究中心 |
| 吴 鸣 | 中国科学技术大学附属第一医院（安徽省立医院） |
| 万桂芳 | 中山大学附属第三医院 |
| 温红梅 | 中山大学附属第三医院 |
| 王 强 | 青岛大学附属医院 |

工作组：

| | |
|-----|-------------------|
| 尹海艳 | 中南大学湘雅二医院 |
| 邹文悦 | RehabCare |
| 马 丹 | 四川大学华西第二医院 |
| 都 瑶 | 蒙莫斯大学 |
| 李佳倚 | 广东省珠海市中西医结合医院 |
| 何 思 | 长沙医学院 |
| 熊明月 | 湖南永州市中心医院 |
| 章志芳 | 北京语言大学 |
| 陈丽珊 | 广东省佛山市第一人民医院 |
| 王 双 | 华中科技大学同济医学院附属协和医院 |
| 王鑫淼 | 浙江工商大学 |

IDDSI 框架及详细定义均已获得

Creative Commons Attribution--Sharealike 4.0 国际许可

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

IDDSI 2.0 | July, 2019



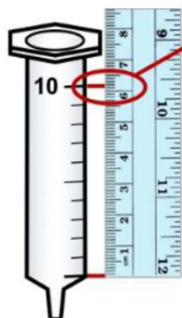
稀薄



| | |
|--|--|
| <p>描述 / 特征</p> | <ul style="list-style-type: none"> 如水般流动 流动迅速 根据适用年龄和能力，可使用任何种类的奶嘴、杯或饮管饮用 |
| <p>此稠度等级的进食能力考虑</p> | <ul style="list-style-type: none"> 有能力安全饮用各类液态饮品 |
| <p>测试方法</p> <p>查看《IDDSI 测试方法》或浏览 https://iddsi.org/framework/food-testing-methods/</p> | |
| <p>IDDSI 流动测试*</p> | <ul style="list-style-type: none"> 测试液体于 10 秒内彻底流出，并残留少于 1 毫升液体于针筒内。（见 IDDSI 流动测试指示#） |

#在进行IDDSI流动测试前... ..

请务必检查该针筒的长度是否与图例相同



10毫升针筒的长度 = 61.5毫米

1. 除去针筒的胶塞，用手指挡住针筒漏咀。



2. 注入10毫升液体。



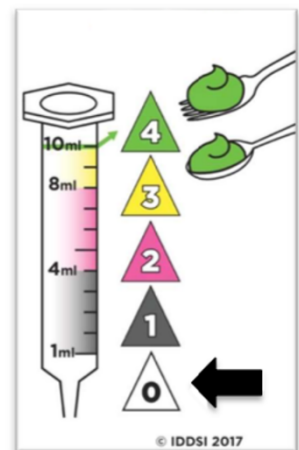
3. 手指从漏咀处移开，开始计时。



4. 10秒过后，用手指挡住漏咀，停止液体流动。



IDDSI流动测试指示



IDDSI 框架及详细定义均已获得

Creative Commons Attribution--Sharealike 4.0 国际许可

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

IDDSI 2.0 | July, 2019

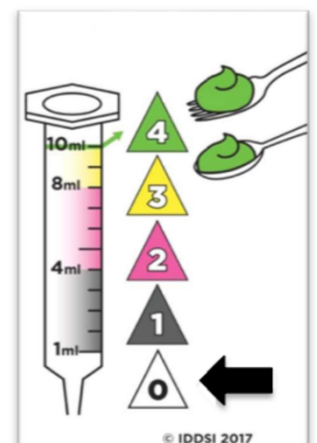
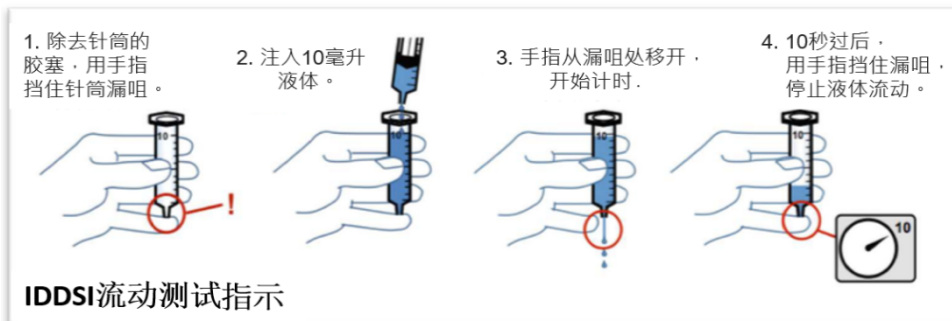
1

极微稠 (杰)

| | |
|--|--|
| <p>描述 / 特征</p> | <ul style="list-style-type: none"> • 比水稍微浓稠 • 较稀薄液体稍微需要用力饮用 • 可用饮管、喂食针筒或奶嘴饮用 • 浓稠度接近市面售卖的 AR (anti-regurgitation) 防吐配方初生婴儿奶粉 |
| <p>此稠度等级的进食能力考虑</p> | <ul style="list-style-type: none"> • 普遍用于增加婴幼儿饮品的稠度来降低液体流动速度，但仍能通过用奶嘴吸啜饮用。需要因应个别状况，考虑奶嘴的流速是否合适。 • 由于流动速度比稀薄液体慢，也适用于欠缺足够口部协调去处理稀薄液体的成年人 |
| <p>测试方法</p> <p>查看《IDDSI 测试方法》或浏览 https://iddsi.org/framework/food-testing-methods/</p> | |
| <p>IDDSI 流动测试#</p> | <ul style="list-style-type: none"> • 测试液体于 10 秒内流出 10 毫升针筒，并残留 1-4 毫升液体于针筒内（见 IDDSI 流动测试指示#） |

#在进行IDDSI流动测试前... ..

请务必检查该针筒的长度是否与图例相同



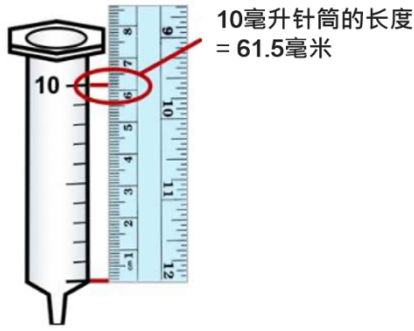
2

低度稠（杰）

| | |
|--|--|
| <p>描述 / 特征</p> | <ul style="list-style-type: none"> • 可从倾侧的汤匙向下流出 • 可啜饮，并可从匙羹迅速倒出，但速度比稀薄液体慢 • 需要稍为用力才能从标准口径的饮管吸啜饮用（标准口径饮管= 0.209 英寸或 5.3 毫米） |
| <p>此稠度适合的生理状况</p> | <ul style="list-style-type: none"> • 如果无法安全饮用流速太快的稀薄液体，利用低度稠（杰）可减慢流动速度。 • 或适用于舌头控制稍弱的人士 |
| <p>测试方法</p> <p>查看《IDDSI 测试方法》或浏览 http://iddsi.org/framework/drink-testing-methods/</p> | |
| <p>IDDSI 流动测试*</p> | <ul style="list-style-type: none"> • 测试液体于 10 秒内流出 10 毫升针筒，会残留 4-8 毫升液体于针筒内（见 IDDSI 流动测试指示*） |

#在进行IDDSI流动测试前... ..

请务必检查该针筒的长度是否与图例相同



1. 除去针筒的胶塞，用手指挡住针筒漏咀。

2. 注入10毫升液体。

3. 手指从漏咀处移开，开始计时。

4. 10秒过后，用手指挡住漏咀，停止液体流动。

IDDSI流动测试指示

© IDDSI 2017

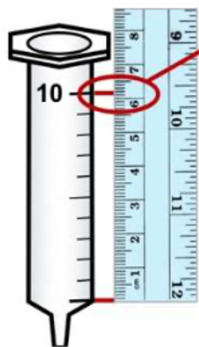
3 流质

3 中度稠（杰）

| | |
|--|---|
| 描述 / 特征 | <ul style="list-style-type: none">● 可用杯饮用● 需要用力吸啜才能通过用标准或大口径的饮管饮用（大口径饮管= 0.275 英寸或 6.9 毫米）● 无法在餐碟上独立成形● 无法用餐叉食用，因为食物会从叉的缝隙缓慢滑落● 可用汤匙食用● 无需经过口腔处理或咀嚼(即食物与唾液混合形成食团等过程)，可直接吞咽● 质地顺滑，没有「颗粒」（如团块、纤维、硬壳、种子或果实的外壳/皮、软骨或碎骨） |
| 此稠度等级的进食能力考虑 | <ul style="list-style-type: none">● 若舌头控制能力不佳，未能以轻度杰(第二级)安全进食，此中度稠（杰）的流质状或更为适合● 此稠度的流动速度能给予口腔较多时间来处理食物● 需要某程度的舌头推进力量● 适合吞咽时有疼痛感的人士 |
| 测试方法 查看《IDDSI 测试方法》或浏览 https://iddsi.org/framework/drink-testing-methods/ 与 https://iddsi.org/framework/food-testing-methods/ | |
| IDDSI 流动测试* | <ul style="list-style-type: none">● 测试中度稠（杰）饮品于 10 秒内流出 10 毫升针筒，会残留多于 8 毫升液体于针筒内（见 IDDSI 流动测试指示*） |
| 餐叉滴漏测试 | <ul style="list-style-type: none">● 在餐叉缝隙间成团状缓慢滴落● 以餐叉压流质状食物，叉齿不会在食物表面留下清晰痕迹● 将食物倒在平面上，流质食物会伸延扩散 |
| 汤匙倾侧测试 | <ul style="list-style-type: none">● 汤匙倾斜时会轻易流出；不会黏附汤匙 |
| (没有餐叉时) 筷子测试 | <ul style="list-style-type: none">● 此质地食物不适合使用筷子测试 |
| (没有餐叉时) 手指测试 | <ul style="list-style-type: none">● 此质地食物能轻易从指间顺畅地滑过，并留下薄膜似的食物痕迹，但无法以手指捏着 |
| 食物种类举例 (附注：此清单并不详尽) | 下列食物可归纳为 IDDSI 第三级： <ul style="list-style-type: none">● 婴幼儿「初级食品」（如米糊或果蓉）● 酱料及肉汁 |

#在进行IDDSI流动测试前... ..

请务必检查该针筒的长度是否与图例相同



10毫升针筒的长度 = 61.5毫米

1. 除去针筒的胶塞，用手指挡住针筒漏咀。



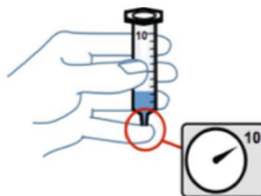
2. 注入10毫升液体。



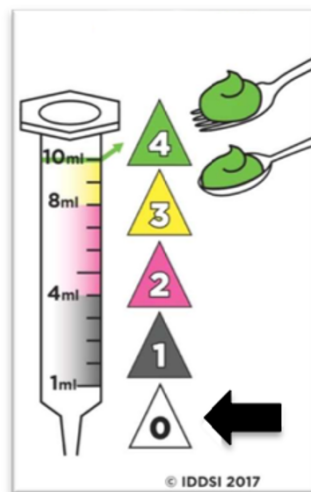
3. 手指从漏咀处移开，开始计时。



4. 10秒过后，用手指挡住漏咀，停止液体流动。



IDDSI流动测试指示



3 流质

3 中度稠 (杰)



在餐叉缝隙间，以团状缓慢滴下。

IDDSI 餐叉滴漏测试:

4

糊状

4

高度稠（杰）

| | |
|--|---|
| 描述 / 特征 | <ul style="list-style-type: none"> • 通常用汤匙食用（亦可以用餐叉） • 无法用杯饮用 • 无法用饮管吸啜 • 不需要咀嚼 • 可以堆成一块，迭起一层层，或将食物塑型，但不需要咀嚼 • 受地心吸力牵引，会慢慢向下流，但不会如液体般被倒出 • 汤匙倾斜时，会一整羹滑落，落在碟上仍能保持形状 • 不含团块 • 不黏口 • 没有液体从固体中分离的现象 |
| 此稠度等级的进食能力考虑 | <ul style="list-style-type: none"> • 若舌头控制能力明显减弱，此稠度或许最为适合 • 比细碎及湿软、一口及软质(第六级)、以及食物原状(第七级)需要较少舌头推动力，但较流质/中度稠（杰）(第三级)更需要舌头推动力 • 不需咬合或咀嚼 • 若食物太黏稠，会有较多食物残留，构成风险 • 任何需要咀嚼、口腔控制或形成食团的食物都不适用于此等级 • 适用于咀嚼及吞咽时有疼痛感的人士 • 适用于缺少牙齿或配戴不合适假牙的人士 |
| 测试方法 查看《IDDSI 测试方法》或浏览 http://iddsi.org/framework/food-testing-methods/ | |
| IDDSI 流动测试* | <ul style="list-style-type: none"> • 此稠度食物不适用于流动测试，可改用餐叉滴漏测试及汤匙倾侧测试 |
| 餐叉压力测试 | <ul style="list-style-type: none"> • 以餐叉压食物，叉齿能在食物表面构成明显痕迹，及/或食物留有被压的餐叉印纹 • 没有块状 |
| 餐叉滴漏测试 | <ul style="list-style-type: none"> • 糊状食物在餐叉上可堆成形，少量食物可能由叉缝间流出形成尾巴状，但不会持续流下或滴落 |

IDDSI 框架及详细定义均已获得

Creative Commons Attribution--Sharealike 4.0 国际许可

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

IDDSI 2.0 | July, 2019

| | |
|---|---|
| 汤匙倾侧测试 | <ul style="list-style-type: none"> • 质地具足够的凝结力在汤匙上保持形状 • 如果汤匙倾斜、倾向一侧或摇动，糊状食物会一整匙倾侧或掉落；或需要轻弹汤匙才能令糊状食物滑落，但应轻易滑落，并且只会在汤匙留下极少量食物残留，换句话说，糊状食物不应过于坚硬或黏稠 • 糊状食物平放在餐碟上，会轻微散开或非常缓慢地下塌 |
| (没有餐叉时) 筷子测试 | <ul style="list-style-type: none"> • 此质地食物不适用于筷子测试 |
| (没有餐叉时) 手指测试 | <ul style="list-style-type: none"> • 此质地食物刚好能用手指捏着，并能轻易顺畅地从指间滑过，留下明显食物残留 |
| 食物过度黏稠的迹象 (超过 IDDSI 第四级) | <ul style="list-style-type: none"> • 汤匙倾斜时，没有滑落 • 黏在汤匙上 |
| 食物种类举例 | |
| 下列食物可归纳为 IDDSI 第四级： <ul style="list-style-type: none"> • 婴幼儿食用的糊状食品（例如：肉糊、杰米糊） | |

IDDSI 餐叉滴漏测试：

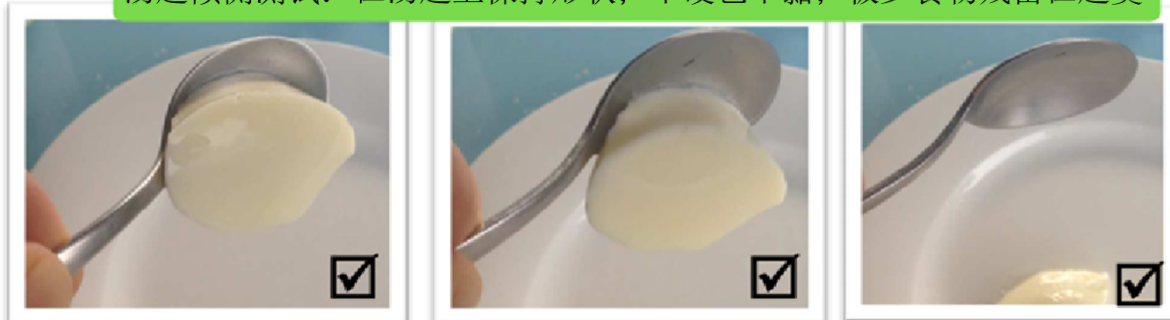
4 糊状

4 高度稠（杰）

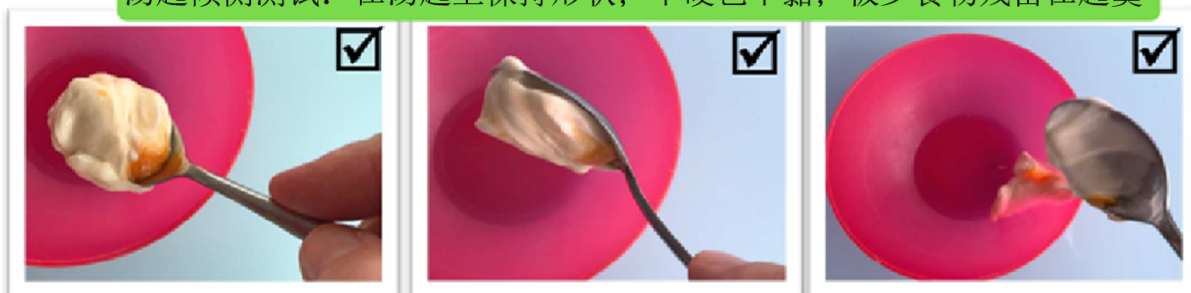
汤匙倾侧测试：在汤匙上保持形状；不硬也不黏；极少食物残留在匙羹

以下图例分别展现了符合和不符合 IDDSI 第四级 (糊状 / 非常杰) 食物表现:

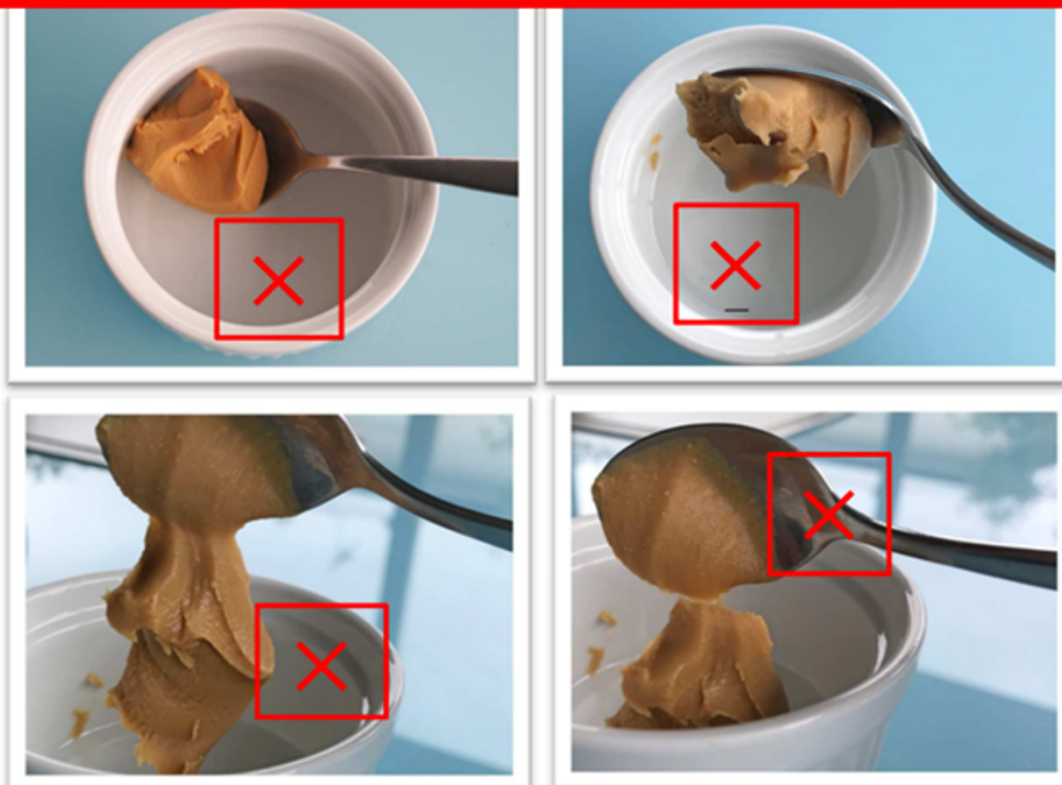
汤匙倾侧测试: 在汤匙上保持形状; 不硬也不黏; 极少食物残留在匙羹



汤匙倾侧测试: 在汤匙上保持形状; 不硬也不黏; 极少食物残留在匙羹



汤匙倾侧测试: 不合格 - 在汤匙上保持形状; 既坚挺又黏; 很多食物残留在汤匙上





细碎及湿软



| | |
|---|--|
| 描述 / 特征 | <p>可以用餐叉或汤匙食用</p> <ul style="list-style-type: none">● 若手部控制良好，可用筷子食用● 可在碟上擀起或变化形状（例如：弄作球形）● 质地软绵湿润，没有液体分离● 食物中可见小型团块<ul style="list-style-type: none">○ 儿童：2毫米阔，不长于8毫米○ 成人：4毫米阔，不长于15毫米● 团块能轻易被舌头压碎 |
| 此稠度等级的进食能力考虑 | <ul style="list-style-type: none">● 不需要咬合● 只需极少量咀嚼● 仅靠舌头力量就能分散此质地食物中的细软颗粒● 需要舌头力量移动食团● 适用于咀嚼时会感到疼痛或疲累的人士● 适用于缺少牙齿或配戴不合适假牙的人士 |
| 测试方法 查看《IDDSI 测试方法》或浏览 https://iddsi.org/framework/food-testing-methods/ | |
| 餐叉压力测试 | <ul style="list-style-type: none">● 当用餐叉压向食物时，食物会轻易被分开，并且穿过餐叉缝隙● 能轻易被餐叉压力碾碎（所用压力不会令指甲泛白） |
| 餐叉滴漏测试 | <ul style="list-style-type: none">● 擀出的食物样本能堆立成形或堆在餐叉上，不会轻易或全部从餐叉缝隙间滑落 |
| 汤匙倾侧测试 | <ul style="list-style-type: none">● 质地具足够凝结力，能在汤匙上保持形状● 如果汤匙倾斜、倾向一侧或摇动，食物会一整匙倾侧或掉落；食物应轻易滑落，并且只会在汤匙留下极少量食物残留，即表示，食物样本不应很黏● 在餐碟上，食物粒块堆会稍微散开或下塌。 |
| (没有餐叉时) 筷子测试 | <ul style="list-style-type: none">● 若食物样本湿润且具凝结力，配合良好的手部控制能力，则可使用筷子夹起食物 |
| (没有餐叉时) 手指测试 | <ul style="list-style-type: none">● 能轻易用手指捏着此质地的食物；细软而滑的球状颗粒可以轻易用手指捏碎。手指会感到食物中的湿润 |

食物种类举例

其他食物例子请参考：<https://iddsi.org/framework/food-testing-methods/>

肉类

- 充分剁碎*或切碎*，细软免治
 - 儿童：2 毫米阔，不长于 8 毫米
 - 成人：4 毫米阔，不长于 15 毫米
- 配以低度稠（杰）/中度稠（杰）/高度稠（杰）、细滑及非水状的酱汁或肉汁
- *若食物质地无法被充分剁碎成免治，则应制作成肉糊

鱼类

- 仔细压碎，并配以低度稠（杰）/中度稠（杰）/高度稠（杰）、细滑及非水状的酱汁或肉汁
 - 儿童：2 毫米阔，不长于 8 毫米
 - 成人：4 毫米阔，不长于 15 毫米

水果

- 仔细捣碎或压碎食用
- 将多余果汁沥干
- 如有需要，可配以低度稠（杰）/中度稠（杰）/高度稠（杰）、细滑及非水状的酱汁或肉汁
 - 儿童：2 毫米阔，不长于 8 毫米
 - 成人：4 毫米阔，不长于 15 毫米

蔬菜

- 充分剁碎、切碎、或压碎
- 将多余水份沥干
- 如有需要，可配以低度稠（杰）/中度稠（杰）/高度稠（杰）、细滑及非水状的酱汁或肉汁，必须将多余水份沥干。不能有任何稀薄液体与食物出现分离状态。
 - 儿童：2 毫米阔，不长于 8 毫米
 - 成人：4 毫米阔，不长于 15 毫米

谷物类 (cereal)

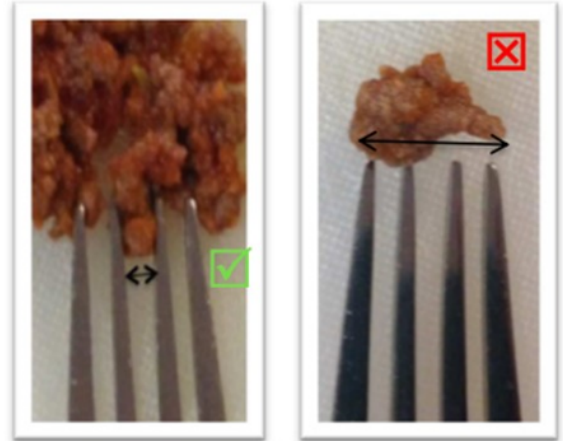
- 杰、细滑，并含细软团块
 - 儿童：2 毫米阔，不长于 8 毫米
 - 成人：4 毫米阔，不长于 15 毫米
- 质地充分软化
- 任何牛奶/液体皆不应与湿软状谷物出现分离状态。进食前需要沥干多余水份

面包

5 细碎及湿软



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 框架及详细定义均已获得

[Creative Commons Attribution--Sharealike 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) 国际许可

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

IDDSI 2.0 | July, 2019

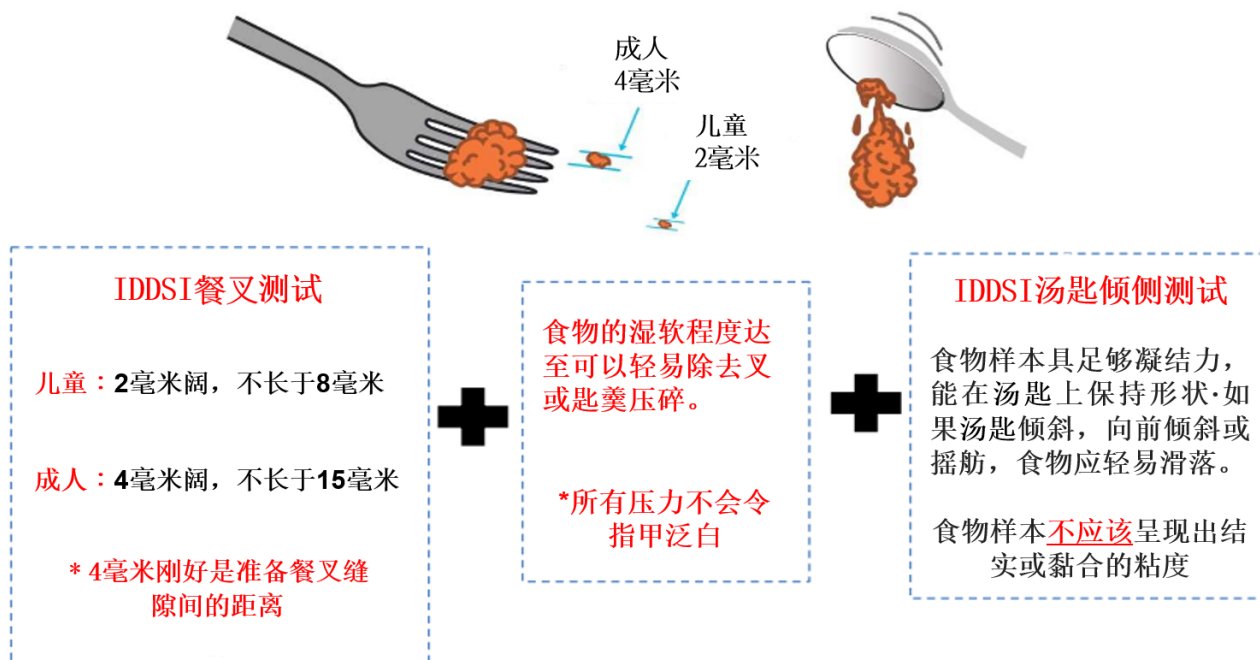
- 不可吃一般干面包/三文治/多士/蛋糕
- 使用《IDDSI 第五级-湿软及免治：多士教学影片》
<https://www.youtube.com/watch?v=W7bOufqmz18>
- 加入水(或其他饮料)预先浸泡面包，令全片面包变得湿润



米饭/藜麦/... .. 或其他谷类食物

- 不应为黏稠糯米状（特别是短粒米），在烹调或进食时也不应为一粒粒分开的颗粒状（特别是长粒米/很干的炒饭）
- 配以低度稠（杰）/中度稠（杰）/高度稠（杰）、细滑及非水状的酱汁或肉汁，酱汁不能与饭或其他谷类分开。必须将多余水份沥干

**细碎及湿软状食物必须
通过以下三个测试！**





软质及一口量



| | |
|--|--|
| <p>描述 / 特征</p> | <ul style="list-style-type: none"> ● 可以用餐叉、汤匙或筷子食用 ● 可被餐叉、汤匙或筷子施压碾碎 ● 此类食物不需用餐刀切开，但进食时可以用餐刀协助，把食物盛载到餐叉或汤匙上 ● 吞咽前需要咀嚼 ● 质地柔软细嫩，没有液体分离现象 ● 「一口量」随个人口腔大小及咀嚼技巧而定 <ul style="list-style-type: none"> ○ 儿童，(不大于) 8 毫米小块 ○ 成人，(不大于) 15 毫米=1.5 厘米小块 |
| <p>此稠度等级的进食能力考虑</p> | <ul style="list-style-type: none"> ● 无需咬合 ● 需要咀嚼 ● 咀嚼时，须依靠舌头的力量及控制能力去移动食团咀嚼，以及将食团保持在口腔内 ● 吞咽时，须依靠舌头力量移动食团 ● 适用于咀嚼时会感到疼痛或疲累的人士 ● 适用于缺少牙齿或配戴不合适假牙的人士 |
| <p>测试方法</p> <p>查看《IDDSI 测试方法》或浏览 https://iddsi.org/framework/food-testing-methods/</p> | |
| <p>餐叉压力测试</p> | <ul style="list-style-type: none"> ● 以餐叉侧面即可将食物切断或切成较小块 ● 用拇指以餐叉底部按压食物（食物样本与指甲大小相约，即 1.5x1.5 厘米）至拇指指甲变白时，食物会被压扁及改变形状。将餐叉移开后，食物不会恢复原状 |
| <p>汤匙压力测试</p> | <ul style="list-style-type: none"> ● 利用汤匙侧面即可将食物切断或切成小块 ● 用拇指以汤匙底部按压食物（食物样本与指甲大小相约，即 1.5x1.5 厘米）至拇指指甲变白时，食物会被压扁及改变形状。将汤匙移开后，食物不会恢复原状 |
| <p>(当没有餐叉时) 筷子测试</p> | <ul style="list-style-type: none"> ● 可用筷子将食物分成小块 |
| <p>(当没有餐叉时) 手指测试</p> | <ul style="list-style-type: none"> ● 若将一块指甲大小的食物样本 (1.5X1.5 厘米) 捏于拇指及食指间，按捏力度令指甲变白时，食物会被压扁，并且在松开手指后无法恢复原状。 |

食物种类举例

肉类

- 煮熟后的肉块必需软脆，捣碎后的肉碎不应大于
 - 儿童：8 毫米
 - 成人：15 毫米=1.5x1.5 厘米
 - 若食物不能在大小要求下 (e.g. 1.5x1.5 厘米) 煮至软脆，则应捣碎至湿软免治状

所有 IDDSI 第六级的食物团块大小要求：

- 儿童：8 毫米小块
- 成人：15 毫米 = 1.5 厘米小块

鱼类

- 煮熟后的鱼块，需十分软脆，仅仅使用餐叉、汤匙或筷子即可将其分成小块，鱼肉大小不应超出
 - 儿童：8 毫米
 - 成人：15 毫米=1.5 厘米
- 去除鱼骨或韧的鱼皮

焖/炖/咖喱烹煮

- 酱汁部分需要为杰身（可根据治疗师建议）
- 可以包括肉、鱼或蔬菜，但食物需煮至软脆，大小亦不可超出
 - 儿童：8 毫米
 - 成人：15 毫米=1.5 厘米
- 没有硬块

水果

- 若食物不能切成一口及软脆状，请捣碎果肉
 - 儿童：8 毫米
 - 成人：15 毫米=1.5 厘米
- 不包含水果的纤维部分
- 沥干多余果汁
- 需要评估个人能力才决定是否适合食用水份含量较高的水果（例如：西瓜），因为在咀嚼过程中，水果的水分与固体会出现分离状态

蔬菜

- 蒸煮或水煮的蔬菜，捣碎后大小为
 - 儿童：8 毫米
 - 成人：15 毫米=1.5 厘米
- 炒菜通常**过硬或不够软脆**。可用餐叉或汤匙压力测试

谷物类 (cereal)

- 幼滑软脆的谷类食物，团块大小不应超过
 - 儿童：8 毫米
 - 成人：15 毫米=1.5 厘米
- 充分软化
- 必需去除多余的牛奶或水份及根据治疗师建议的稀稠度

面包

- 不可吃一般干的面包/三文治/多士/蛋糕
- 请使用《IDDSI 第五级-湿软及免治：多士教学影片》和加上符合 IDDSI 第六级 的馅料
<https://www.youtube.com/watch?v=W7bOufqgz18>
- 加入水(或其他饮料)预先浸泡面包，令全片面包变得湿润



米饭/藜麦/... 或其他谷类食物

- 不可呈粒状，也不能太黏稠

6 软质及一口量



按压食物至拇指指甲变白



食物会被压扁及改变形状。将压力移开后，食物不会恢复原状。

儿童的
「一口量」
不大於 8 x 8 毫米

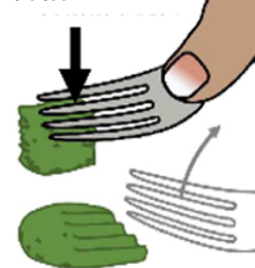


成年人的
「一口量」
不大於 1.5 x 1.5 厘米



一口及软脆状的食物必须通过食物团块大小限制和柔软度测试

按压食物至拇指指甲变白





容易咀嚼



| | |
|---|---|
| <p>描述 / 特征</p> <p>在此等级没有质地限制</p> | <ul style="list-style-type: none"> ● 容易咀嚼，质地柔软的日常食物。日常饮食应配合年龄及发展阶段。 ● 能以任何方式食用 ● IDDSI 第七级没有限制食物的大小，所以可出现不同的尺寸范围 <ul style="list-style-type: none"> ○ 小于或大于 8 毫米（儿童） ○ 小于或大于 15 毫米=1.5 厘米（成人） ● 此等级不包括：坚硬，难嚼/耐嚼的，肉质「好柴」，拉丝，脆口，果籽，木糠/糯米粉/辣椒粉类，骨头类...等等食品 ● 可包括「双重质地」或「混合质地」的食物或液体 |
| <p>此稠度等级的进食能力考虑</p> | <ul style="list-style-type: none"> ● 需要兼备咬合、咀嚼软类食物的能力，并且有足够的口肌耐力给予时间去形成食物团。牙齿或假牙不是必需的。 ● 不适合容易从咀嚼中感到疲倦的人士 ● 适合一些于吞咽坚硬或耐嚼食物时感到困难、痛楚的人士 ● 此等级对食物的大小没有限制，因此会对已临床诊断有吞咽困难的患者构成窒息/误吸风险。限制食物大小的目的是减小吞咽困难患者的窒息/误吸风险（如：第四级—糊状，第五级—细碎及湿软，第六级—一口及软质均对食物大小有限制） ● 合资格的专业人士可以用此等级作教育用途/来衔接较高阶的等级(需要较多咀嚼技巧) ● 对于食用时需要接受安全监督的人士，请在转用此等级食品前先咨询相关的专业人士（个人化的食物质地、安全用餐计划），再作调整。 <ul style="list-style-type: none"> ○ 基于某些咀嚼、吞咽困难或不安全的用餐行为，有些人士在用餐时需要接受安全监督。 ○ 不安全的用餐行为包括：错误的咀嚼技巧，放过多的食物入口，用餐速度过快/没有将一整口食物分开数次吞，不能自我审视自身的咀嚼技巧。 ○ 应咨询专业人士来应患者的个人需求，订立个人化的食物质地、安全用餐计划 ○ 对于食用时需要接受安全监督的人士，只有在合资格的专业人士严格的书面指引下才可转用此等级的食品。 |
| <p>测试方法</p> <p>查看《IDDSI 测试方法》或浏览 https://iddsi.org/framework/food-testing-methods/</p> | |
| <p>餐叉压力测试</p> | <ul style="list-style-type: none"> ● 以餐叉侧面即可将食物切断或切成较小块 ● 用拇指以餐叉底部按压食物（食物样本与指甲大小相约，即 1.5x1.5 厘米）至拇指指甲变白时，食物会被压扁/切开/改变形状。将餐叉移开后，食物不会恢复原状 |
| <p>汤匙压力测试</p> | <ul style="list-style-type: none"> ● 利用汤匙侧面即可将食物切断或切成小块 |

IDDSI 框架及详细定义均已获得

CreativeCommons Attribution--Sharealike 4.0 国际许可

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

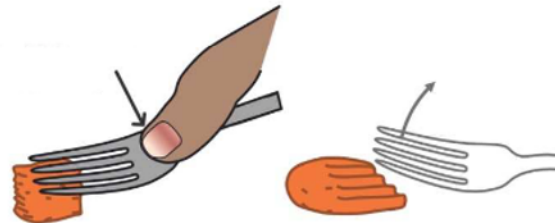
IDDSI 2.0| July, 2019

| | |
|---|---|
| | <ul style="list-style-type: none"> ● 用拇指以汤匙底部按压食物（食物样本与指甲大小相约，即 1.5x1.5 厘米）至拇指指甲变白时，食物会被压扁/切开/改变形状。将汤匙移开后，食物不会恢复原状 |
| (当没有餐叉时) 筷子测试 | <ul style="list-style-type: none"> ● 可用筷子刺穿食物 |
| (当没有餐叉时) 手指测试 | <ul style="list-style-type: none"> ● 若将一块指甲大小的食物样本 (1.5X1.5 厘米) 捏于拇指及食指间，按捏力度令指甲变白时，食物会被压扁或分开，并且在松开手指后无法恢复原状。 |
| 食物种类举例 | |
| <p>肉类</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 煮至柔软 ● 如肉质没可能煮至柔软，请用湿软及免治肉代替。 <p>鱼类</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 柔软度足以用餐叉/汤匙侧面或筷子将食物切断或切成较小块 <p>焖/炖/咖喱烹煮</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 可包含其他肉、鱼、菜类食物，但完成品的所有食物团块必须是容易咀嚼的。 ● 配以低度稠（杰）/中度稠（杰）/高度稠（杰）、细滑及非水状的酱汁或肉汁，<u>必须</u>将多余水份沥干 ● 没有硬块 <p>水果</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 足够的柔软度，可以用叉子或汤匙的侧面切成小块。请勿使用水果的纤维部分（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。炒菜对于这个水平可能太硬了。请使用 IDDSI 的餐叉/汤匙压力测试来检测蔬菜的柔软度。 <p>谷物类 (cereal)</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 软化至柔软 ● 将多余的奶/水份/液体沥干，或加杰至治疗师建议的杰度 <p>面包</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 一些可以用餐叉/汤匙切断的面包，三文治，多士（应咨询治疗师） <p>米饭/藜麦/… … 或其他谷类食物</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 没有特别指引 | |

容易咀嚼食物必须通过餐叉压力测试，即轻易被餐叉或汤匙分开



此类食物轻易餐叉或汤匙分开/切断



IDDSI餐叉倾侧测试

用拇指以餐叉按压食物至拇指指甲变白时，食物会被压扁及改变形状。将餐叉移开后，食物不会恢复原状。





食物原状



| | |
|---|---|
| <p>描述 / 特征</p> <p>在此等级没有质地限制</p> | <ul style="list-style-type: none">● 日常食物的各种质地，均属于这个等级。日常饮食应配合年龄及发展阶段。● 能以任何方式食用● 食物质地可以是硬、脆或柔软● 食物大小在此等级不受限制，可出现不同的尺寸范围<ul style="list-style-type: none">○ 小于或大于 8 毫米（儿童）○ 小于或大于 15 毫米=1.5 厘米（成人）● 包括坚硬的、难咬的、烟韧的、多纤维的、有筋的、干的、酥脆的或易碎的食物● 包括有核、种子、果皮、谷糠或骨头的食物● 包括「双重质地」或「混合质地」的食物或液体 |
| <p>此稠度等级的进食能力考虑</p> | <ul style="list-style-type: none">● 能咀嚼任何坚硬或柔软的食物，并使其成为柔软可吞咽的食团● 能够咀嚼所有质地的食物而不轻易感到疲劳● 能够安全地吐出不能吞咽的骨头或软骨 |
| <p>测试方法</p> | |
| <p>不适用</p> | |

过渡性食物



| | |
|--|--|
| 描述 / 特征 | <ul style="list-style-type: none">食物加上水份（例如水或唾液）或遇到温度变化时（例如：加热），会从一种质地（例如坚硬的固体）转变成另一种质地。 |
| 此稠度等级的进食能力考虑 | <ul style="list-style-type: none">无需咬合只需极少量的咀嚼食物一旦改变温度或加入水分/唾液，便可以用舌头弄碎这些食物这种食物质地可用于咀嚼技巧的发展训练或康复治疗（例如：训练儿童及发育障碍人士学习咀嚼；或用于中风后的咀嚼功能康复训练） |
| 测试方法 查看《IDDSI 测试方法》或浏览 https://iddsi.org/framework/food-testing-methods/ | |
| 餐叉压力测试 | <ul style="list-style-type: none">当加入水份或改变温度后，食物样本便会轻易变形，而且外力移除后亦不会恢复原状取拇指指甲大小的食物样本（1.5 厘米 x 1.5 厘米），加入 1 毫升的水并等候一分钟。以拇指用餐叉按压食物，直到拇指指甲泛白。在移除餐叉压力后，食物样本符合下列形况，即属于过渡型食物：<ul style="list-style-type: none">样本被压扁散开，当餐叉移开后，不能回复原有型态或食物明显融化，不能保持原有型态（例如：冰块） |
| 汤匙压力测试 | <ul style="list-style-type: none">如上述步骤，以汤匙底部代替餐叉 |
| (当没有餐叉时) 筷子测试 | <ul style="list-style-type: none">取拇指指甲大小的食物样本（1.5 厘米 x 1.5 厘米），加入 1 毫升的水并等候一分钟。食物能以筷子轻易分开 |
| (当没有餐叉时) 手指测试 | <ul style="list-style-type: none">取拇指指甲大小的食物样本（1.5 厘米 x 1.5 厘米），加入 1 毫升的水并等候一分钟。以拇指及食指揉捏食物，食物会完全被捏碎且不会恢复原状。 |
| 食物种类举例 | |
| IDDSI 过渡性食物 包括下列食物，但不限于此： <ul style="list-style-type: none">冰块雪糕/雪葩，若吞咽治疗师评估后认为适合日本吞咽训练蒟蒻薄片 1 毫米 x 15 毫米威化饼（亦包括宗教圣餐所用威化饼）盛载雪糕的威化筒部分饼干/曲奇/苏打饼薯片-仅限于碎片类型（例如：品客牌）酥饼虾片 | |
| 用于处理儿童或成人吞咽障碍的具体例子 市面有售的过渡性质地食物 [#] 包括，但不限于以下例子： | |

IDDSI 框架及详细定义均已获得

[Creative Commons Attribution--Sharealike 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) 国际许可

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

IDDSI 2.0 | July, 2019

- 蔬果脆片 (Veggie Stix™)
- 奇多芝士球 (Cheeto Puffs™)
- 米通 (Rice Puffs™)
- 宝贝妈咪米饼 (Baby Mum Mums™)
- 嘉宝星星饼 (Gerber Graduate Puffs™)

#列出上述产品并不代表推荐这些品牌，市面尚有同类型产品没有在此提及。

过渡性食物



- 加入 1 毫升的水
- 等候一分钟



用拇指用餐叉按压食物至拇指指甲泛白

样本会被压扁散开。
当餐叉移开后，不能回复原有形态。

具窒息/误吸风险的食物质地 例子采自一些国际验尸报告

坚硬或干的食物或会造成窒息/误吸风险

原因：食用这类食品需要运用良好的咀嚼能力，才能将其咬碎并与唾液混合成足够湿润的食物团，以便安全吞咽。

坚硬或干的食物例子：坚果，生胡萝卜，烧猪皮，硬皮面包

具纤维或带韧性的食物或会造成窒息/误吸风险

原因：食用这类食品需要运用良好并持久的咀嚼能力，才能咬碎成可安全吞咽的小块。

具纤维或带韧性的食物例子：牛排，菠萝

具张力的食物或会构成成窒息/误吸风险

原因：这类食品有可能黏着上颚、牙齿以及口腔内壁，然后在没有预备下跌入气管。

具张力的食物例子：糖果，芝士粒，棉花糖，香口胶，薯蓉

脆口的食物或会构成成窒息/误吸风险

原因：食用这类食品需要运用良好的咀嚼能力，才能将其咬碎并与唾液混合成足够湿润的食物团，以便安全吞咽。

脆口食物的例子：烧猪皮，脆口培根，一些干谷物

松脆的食物或会构成成窒息/误吸风险

原因：食用这类食品需要运用良好并持久的咀嚼能力，才能咬碎成可以混和唾液以及安全吞咽的小块。

松脆的食物例子：生红萝卜，苹果，爆谷

尖锐或含尖刺的食物或会构成成窒息/误吸风险

原因：食用这类食品需要运用良好的咀嚼能力，才能咬碎成柔软、圆状、湿润的小块作安全吞咽。

尖锐或含尖刺的食物例子：干玉米片

易碎的食物或会构成成窒息/误吸风险

原因：食用这类食品需要运用良好的舌头控制，才能将易碎的食物碎块聚集在一起；并加以足够多的唾液，才能混和成湿润的食物团作安全吞咽。

易碎的食物例子：易碎、较干的蛋糕，较干的曲奇饼，饼干，烤饼或松饼，凤梨酥，酥皮蛋挞

含有种子和白色部分的水果或会构成成窒息/误吸风险

原因：它们比较坚韧和具纤维性，将其和水果肉分离并从口中吐出是一个复杂的过程。

此类食品例子：苹果或南瓜籽，橘子的白色部分

具皮/壳或外壳 食品或会构成成窒息/误吸风险

原因：通常皮或外壳是具纤维、尖锐和不吸水的。食用时，除非具备良好的舌头控制将其从口腔中去除，否则需要运用良好的咀嚼技巧和足够的唾液，才能使碎块变小和形成湿润的食物团。再者，这些碎块容易粘在牙齿和牙龈上，而吞咽时亦会感觉卡在喉咙中。

具皮，壳或外壳的食物例子：豌豆壳/皮，葡萄皮，谷壳，爆谷皮

IDDSI 框架及详细定义均已获得

[Creative Commons Attribution--Sharealike 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) 国际许可

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

IDDSI 2.0 | July, 2019

骨头或软骨或会构成成窒息/误吸风险

原因：这些硬物一般也不便于咀嚼和吞咽。食用此类硬物时，需要运用良好的舌头控制将骨从肉中分离并从口腔中吐出。

此类食品例子：鸡骨，鱼骨

圆形或长形食物或会构成成窒息/误吸风险

原因：如果不将此类食品认真咀嚼成小块并吞下，它们的形状很可能会完全堵塞气道而导致窒息。

圆形或长形食物的例子：香肠，葡萄

具黏性和韧性的食品或会构成成窒息/误吸风险

原因：这类食品有可能黏着上颚、牙齿以及口腔内壁，然后在没有预备下跌入气管。食用这类食品需要运用良好并持久的咀嚼能力，才能把它混和足够的唾液以降低其黏性，而便于安全吞咽。

具黏性的食物例子：糖果，芝士粒，棉花糖，香口胶，薯蓉

含有咬不断线状残渣的食物或会构成成窒息/误吸风险

原因：由于线状的食物残渣很难折断，其他嘴里经咀嚼过后的食物蓉很可能会被线状残渣和喉咙中正在吞咽中的食物团吊/连在一起。

含有咬不断线状残渣的食物例子：四季豆，西芹，通菜

混合质地的食品或会构成成窒息/误吸风险

原因：食用这类食品时需要掌握好食物团的分布，例如：一边把固体的食物团留在口中咀嚼，一边将液体吞掉。这是一个很繁复的口部分工。

混合质地食品的例子：含有汤饊的汤，牛奶浸粟米/谷麦片(cereal)，珍珠/仙草奶茶

质地复杂的食品或会构成成窒息/误吸风险

原因：食用这类食品时需要良好口部协调去处理不同质地的食物。

质地复杂的食品的例子：汉堡包，热狗，三文治，肉丸，意粉，薄饼，汤面，汤饭

容易黏付食道的食物或会构成成窒息/误吸风险

原因：如果食用这类食品时没有完整地咀嚼成小块，此类又湿又薄的食品或会完全覆盖或黏付于食道并造成窒息。

容易黏付食道的食物例子：生菜，薄切青瓜片，菠菜叶

多汁的食物或会构成成窒息/误吸风险

原因：食用这类食品时需要一边将食物喷出的液体吞掉，一边把固体的食物团留在口中咀嚼。这是一连串的繁复口部分工。

多汁食物的例子：西瓜，白桃，橙，提子，小笼包，竹笙

食物的焦皮或会构成成窒息/误吸风险

原因：食用这类食品时需要良好的咀嚼能力，才能把它和其他没有烧焦的部分混和。

有焦皮的食物例子：烧肉皮，乳猪脆皮

IDDSI 框架及详细定义均已获得

Creative Commons Attribution--Sharealike 4.0 国际许可

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

IDDSI 2.0 | July, 2019

具窒息/误吸风险的食物质地 — 国际验尸报告参考文献：

- 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., Fazeney-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.

随附文件 <https://iddsi.org/framework/>

- IDDSI 测试方法
- IDDSI 证据阐述
- IDDSI 常见问题 (FAQs)