

Flytande kost

Flytande kost är lämplig till patienter som gjort kirurgiska ingrepp i käke, munhåla, svalg eller i mag-tarmkanalen.

Den passar också vid förträngningar eller skador i svalg eller matstrupe.



Vad kan man servera?

Släta soppor och släta drycker. Konsistensen på den flytande kosten ska vara helt slät och rinnande. Som skulle kunna drickas med tjockt sugrör. Kolla alltid med vårdpersonalen om du är osäker!

Om patienten behöver en mer tjockflytande konsistens, kan soppor och drycker förtjockas på avdelningen.

Det är svårt att variera och att få tillräckligt med energi och näring i den flytande kosten. Erbjud näringsdrycker till frukost och mellanmål, de har ett bra innehåll av näringsämnen och energi.

Servera 3-4 mellanmål per dag.

Vad ska man vara försiktig med?

Servera inga soppor eller drycker med bitar!

En del patienter behöver mer tjockflytande konsistens på soppor och drycker. Förtjocka till lagom konsistens.

Se upp med tiden för nattfasta. Tiden utan mat under natten bör inte vara längre än 11 timmar.



Tänk på detta vid tillagning och servering

Patienten får själv bestämma vad han/hon vill äta men nedan finns tips på vad man kan tänka på vid de olika måltiderna.

Frukost

- Välling
- Yoghurt, filmjök eller mjök
- Varm choklad
- Näringsdryck
- Juice eller nyponsoppa
- Kaffe, te

Lunch och middag

- Servera flytande kost (varm och kall slät soppa)
- Mjök, juice, nyponsoppa

Mellanmål och kvällsfika

- Erbjud 3-4 mellanmål
- Servera gärna näringsdryck
- Mjök, yoghurt eller filmjök
- Slätmixad smoothie i lämplig konsistens
- Varm choklad
- Nyponsoppa eller juice
- Tunn, slät kräm



Tänk på att

Om patienten har diabetes, rådgör med vårdpersonalen om lämpliga drycker.



Material och lästips

Mätt rätt och slätt, kokbok för mat med förändrad konsistens. Findus special Foods.