

Konsistenzstufenplan für Speisen

Symptome	Konsistenzstufe	Beschreibung	Geeignete Lebensmittel*	Ungeeignete Lebensmittel*	
<p>Durch eine aufmerksame Beobachtung der Bewohner können Kau- und Schluckstörungen besser erkannt werden:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Feuchte / belegte Stimme • Häufiges Nachschlucken • Husten oder Räuspern beim Schlucken • Nahrung bleibt im Hals stecken • Nahrungsreste im Mundraum • Ausspucken der Nahrung • Lungenentzündung 	0	Nahrungskarenz	Orale Ernährung ist nicht möglich	Die Ernährung erfolgt ausschließlich über Sonde oder Infusion	
	1	Pürierte und passierte Kost	Ausschließlich faserfreie und glatte Kost in feinst passierter, homogener Form	Feinst passierte Suppen, Gemüse-, Fleisch-, Fisch- und Fruchtpürees feinst passiert von FINDUS, Kartoffelpüree oder Timbalkost	Cremesuppe mit Einlage, Joghurt mit Stückchen, Kartoffelpüree mit Kräutern
	2	Fein pürierte Kost (Breikost)	Konsistenz lässt sich im Mund leicht zerdrücken	Weiches Brot ohne Rinde, Getreidebrei, Kartoffelschnee, weiches Gemüse, Timbalkost von FINDUS	Klebrige Speisen, die sich schlecht zu einem glatten Brei verarbeiten lassen z. B. Nudeln, keine gemischten Konsistenzen
	3	Weiche Kost	Verzicht auf besonders harte Lebensmittel	Weiches Rührei, weiches Fischfilet gedünstet, Gemüse weichgekocht	Trockenes sowie festes Fleisch, hartgekochtes Ei, Marmelade mit Kernen
	4	Angepasste Normalkost	Überwiegend feste Speisen	Weiche Aufläufe, Hackfleisch, Brot mit Rinde, Wurstaufschnitt ohne Stückchen	Kräuter, trockenes Fleisch, Reis, kross gebackene Brötchen, roher Schinken
	5	Normalkost	Lebensmittelangebot entspricht der Konsistenz einer Vollkost		

Konsistenzstufenplan für Getränke

Ernährungs- therapie	Konsistenzstufe	Beschreibung	Geeignete Lebensmittel*	Ungeeignete Lebensmittel*	
Das Wichtigste ist das Essen und die Getränke in einer geeigneten Konsistenz anzubieten.	A	Flüssigkeitskarenz	Orale Flüssigkeitsaufnahme ist nicht möglich	Die Flüssigkeitszufuhr erfolgt ausschließlich über Sonde oder Infusion	
Bedeutung: • Vermeidung von Mangelernährung und Austrocknung	B	Dickflüssige Konsistenz (zähflüssig)	Honigkonsistenz, nur kalt, nur Wasser oder Tee	Tee und kohlenstoffreies Wasser; ausschließlich kalte Getränke	Milchprodukte
• Reduktion der Gefahr des Verschluckens	C	Dickflüssige Konsistenz (zähflüssig)	Honigkonsistenz, kalt und warm	Kalte und warme Getränke einschließlich Milch, z. B. Trinkjoghurt oder Buttermilch evtl. angedickt und angereichert mit dem FINDUS Getreidestandard	Fruchstücke oder Fruchtfleisch
• Erhalt oder Steigerung der Selbstständigkeit	D	Dickflüssige Konsistenz (leichtflüssig)	Nektarkonsistenz, kalt und warm, auch Milchprodukte	Kalte oder warme Getränke. Es ist erfahrungsgemäß sinnvoll, diese Stufe mit kalten Fruchtsäften zu starten	evtl. später mit Fruchtfleisch
• Verbesserung der Lebensqualität	E	Düninflüssige Konsistenz	Nur Kaltgetränke	Nur Kaltgetränke ohne Kohlensäure. Anreicherung durch FINDUS Getreidestandard oder FINDUS Vollkorntrock ist möglich	keine dünnflüssigen warmen Getränke
	F	Düninflüssige Konsistenz	Keine Einschränkung	Alle Getränke sind zulässig	



*anhand von Beispielen dargestellt