

INHALTSVERZEICHNIS

DER SCHLUCKVORGANG	9
SCHLUCKSTÖRUNG – DYSPHAGIE	11
URSACHEN VON SCHLUCKSTÖRUNGEN	11
SYMPTOME EINER SCHLUCKSTÖRUNG	14
FOLGEN EINER SCHLUCKSTÖRUNG	16
DIAGNOSTIK VON SCHLUCKSTÖRUNGEN	17
THERAPIE DER SCHLUCKSTÖRUNG	19
ERNÄHRUNGSTHERAPIE	27
KONSISTENZANGEPASSTE KOST	28
UMSETZUNG DER EMPFEHLUNGEN IN DIE PRAXIS	29
KÜCHENHELFER UND ZUBEREITUNGSHINWEISE	31
VERFEINERUNGSTIPPS	34
TIPPS ZUR KONSISTENZANPASSUNG	36
ANDICKUNGSMITTEL	38
REZEPTE: DIES & DAS	43
KONSISTENZDEFINIERTES TRINKEN UND ESSEN NACH IDDSI	45
STUFE 0: DÜNNFLÜSSIGE GETRÄNKE	46
STUFE 1: LEICHT DICKFLÜSSIG	46
STUFE 2: MÄSSIG DICKFLÜSSIG (SIRUP-/NEKTARARTIG)	47
REZEPTE STUFE 2	48
STUFE 3: STARK DICKFLÜSSIG (HONIGARTIG)	54
REZEPTE STUFE 3	56
STUFE 4: EXTREM DICKFLÜSSIGE GETRÄNKE (HONIG- BIS PUDDINGARTIG)	76
UND BREIIG-PÜRIERTE KOST (DICKBREIIG)	76
REZEPTE STUFE 4	78
STUFE 5: ZERKLEINERT UND DURCHFEUCHTET	102
REZEPTE STUFE 5	104
STUFE 6: WEICH UND MUNDGERECHT	116
REZEPTE STUFE 6	118
STUFE 7: LEICHT ZU KAUFEN UND NORMALKOST	133

GESUNDE ERNÄHRUNG	135
MANGELERNÄHRUNG	139
EIWEISSBEDARF UND EIWEISSPORTIONEN	146
DIE WICHTIGSTEN FUNKTIONEN VON EIWEISS (PROTEIN)	146
FOLGEN VON EIWEISSMANGEL	146
EIWEISSBEDARF INDIVIDUELL ERMITTLEN	146
EIWEISS IST NICHT GLEICH EIWEISS	148
TIPPS	149
... BEI MUNDTROCKENHEIT (OLIGOSIALIE, XEROSTOMIE)	149
... BEI ÜBERMÄSSIGER SPEICHELBILDUNG (HYPERSALIVATION)	151
... FÜR DIE MUNDPFLEGE	152
... BEI ENTZÜNDUNGEN DER MUNDSCHLEIMHAUT (STOMATITIS)	153
ANHANG	156
LEBENSMITTELLISTE	156
KLEINES KÜCHENLEXIKON	166
ABKÜRZUNGEN	178
ANLEITUNG ZUR DURCHFÜHRUNG DES IDDSI-FLOW-TESTS	169
QUELLEN	171
REZEPTVERZEICHNIS	174