

日本海総合病院でのとろみの目安

学会分類 2021参照	段階 1 薄いとろみ	段階 2 中間のとろみ	段階 3 濃いとろみ
飲んだ時	ストローで容易に吸うことができる	ストローで吸うのは抵抗がある	ストローで吸うことは困難
見た時	スプーンを傾けると、 すっと流れ落ちる カップを傾け、流れ出た後には、 うっすらと跡が残る程度の付着	スプーンを傾けると、 とろとろと流れる カップを傾け、流れ出た後には全 体にコーティングしたように付着	スプーンを傾けても、 形状がある程度保たれ、流れ にくい カップを傾けても流れ出ない
性状			
温かい お茶 の場合	200ml に 小さじすりきり1杯	100ml に 小さじすり切り1杯	50ml に 小さじすり切り1杯

とろみ飲料の作り方

つるりんこ Quickly を加えてかき混ぜるだけ!



1
お茶などのとろみをつけたい食品に
本品を加えます。



2
スプーン等ですぐに15秒程度
かき混ぜます。

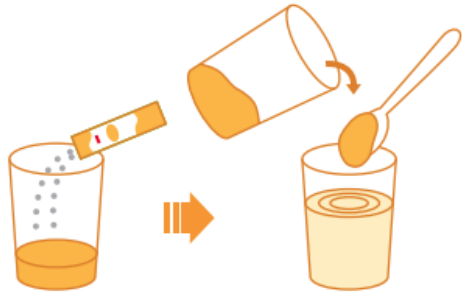


3
2分程度でとろみがつきます
(水・お茶の場合)。
とろみの状態を確認してから、
お召し上がりください。

- ★水をかき混ぜながら、まぶすようにとろみ粉を入れましょう
- ★濃すぎるとろみは窒息の危険があるので、注意!
- ★熱いとろみ飲料はやけどの危険があるので、注意!
- ★いつも同じコップとスプーンで、同じ濃度で作れるようにしましょう

とろみ飲料の作り方のポイント

つけたとろみが弱い場合



強めにとろみをつけた同じ食品を加えてかき混ぜれば、とろみを強くすることができます。

2度づけはダメ!!



一度とろみをつけた食品に本品を加えるとダメになることがあります。

つけたとろみが強い場合



同じ食品を加えてかき混ぜればとろみを弱くすることができます。

とろみのつきが遅い食品に使用する場合



牛乳、酸性飲料及び流動食は一度とろみをつけてから約5分後に再度よくかき混ぜます(2度混ぜ)。牛乳、酸性飲料はとろみのつきを早め、さらに流動食はとろみのつきがよくなります。

★つけたとろみが弱い場合

強めにとろみをつけた同じとろみ飲料を加えて、よくかき混ぜます
(とろみをつけた飲料に粉を追加すると、ダメになり、危険です)

★つけたとろみが強い場合

同じ飲料を足してよくかき混ぜます

★牛乳や流動食にとろみをつける場合

水やお茶とはとろみの付き方が異なります
同じ位のとろみになるよう調整しましょう

★**牛乳専用**や、**炭酸専用**のとろみ剤も市販されていますのでご活用ください

炭酸とろみ飲料の作り方

飲み込む力が弱くなった人にとって、炭酸飲料は水よりも飲み込みやすいそうです。

(炭酸の刺激で嚥下反射や筋肉の動きが早まり、飲み込みやすく、誤嚥しにくい)

昔からある炭酸飲料は高齢の方にも人気があります。そのままではむせる方も、とろみをつけることでシュワシュワ感を楽しむことができます。ぜひお試しください。

