

適したとろみのつけ方

とろみの強さは調整できる

とろみ調整食品の使用量によって、とろみの強さを調整できます。

商品によって使用量・使用方法等が異なりますので、詳細は個別のパンフレット、商品パッケージなどをご確認の上、ご使用ください。



薄いとろみ



中間のとろみ



濃いとろみ

強すぎるとろみには要注意！

どのくらいの強さのとろみが適しているかは、その方の飲み込む能力によるため、とんかつソースくらいのどろっとしたとろみが良い場合もあれば、ポタージュスープ程度のサラッとしたとろみが良い場合もあり、その方に適したとろみの強さに調整することが大切です。

とろみ調整食品で飲み物をジャムの

ような硬さにすると、べたつきが強くなり、口やのどに貼り付きやすいため、かえって飲み込みにくくなります。のどに残留しやすく、場合によっては窒息につながる危険性があるので、**強すぎるとろみ**は避けなければなりません。いつもつけていたとろみが強すぎないか、是非一度見直してみてください。

藤田保健衛生大学
客員教授
小島千枝子先生に
おきました。



適切な強さのとろみをつけるポイント

1 コップやスプーンはいつも同じものを使う

いつものコップ



いつものスプーン



お茶を花の模様まで
(150ml)など

計量スプーンが
おすすめ

2 とろみ調整食品は毎回すりきりで量る

同じスプーン1杯でも、すりきりと大盛りではすぐれる量が大きく変わります。



すり切り 1.3g



普通盛り 2.0g



大盛り 2.7g

トロミパワースマイルを小さじでくった場合