



مدينة الملك فهد الطبية
King Fahad Medical City



لتكثيف السوائل

Thicken-up Materials

طرق طبيعية بديلة لتكثيف السوائل

بعض المكونات الطبيعية التي تساعد في تكثيف
السوائل :

🍷 الفواكه مثل: الموز، الفراولة، المانجو، التوت الأحمر والأزرق والأسود، الخوخ والمشمش.

🍷 الخضار مثل: البطاطس العادية، البطاطس الحلوة، الجزر.

🍷 السيرلاك.

🍷 الشوفان.

🍷 بودرة الجيلاتين الطبيعية.

🍷 الشابورة.

🍷 العسل الطبيعي.

🍷 اللبن الرائب واللبن الزبادي.

🍷 النشأ الطبيعي.

🍷 الكاسترد والجيلي.

يمكن خلط أي من المكونات المفضلة وإنشاء وصفات مختلفة بالكثافة المرغوبة.

وصفات مقترحة بكثافات مختلفة:

🍷 وصفات عصائر بكثافة بسيطة ككثافة

اللبن:

عصير المانجو الطازج



• يتم خلط حبتين من فاكهة المانجو في الخلاط بدون أي إضافات

حليب بالموز:



• يتم خلط حبة موزة مع كاسة حليب وتُحلى بالسكر أو العسل حسب الرغبة

عصير فراولة باللبن



• يتم خلط خمس حبات فراولة مع كأس لبن وتُحلى بالسكر حسب الرغبة

عصير مشكل

- يتم خلط عدة أنواع من الفواكه المفضلة مع إضافة القليل من الحليب إلى أن تصل إلى الكثافة المطلوبة.



عصير التفاح والخوخ

- يتم خلط ربع كأس من عصير التفاح الطبيعي مع ربع كأس من عصير البرتقال الطبيعي مع كوب خوخ أو كمثرى.



اللبن المنكهة بالفواكه

- يتم خلط كوب لبن زبادي منكه مع أي نوع من الفاكهة المفضلة



🍌 وصفات عصائر بكثافة أكثر كثافة العسل:



حليب الشوكولاتة:

- يتم خلط كوب من زبادي الشوكولاتة مع ثلث كوب من الحليب السائل مع ٤ ملاعق سيريلاك القمح.



عصير الفواكه

- يتم خلط نصف كوب من أنواع التوت المفضلة مع حبة موز واحدة.



الزبادي بالفواكه:

- يتم خلط كوب لبن زبادي مخلوط مع نوع الفاكهة المفضلة ثم يُخفف بملعقة لبن سائل إلى أن يصل إلى كثافة العسل.



وصفات بكثافة الزبادي: 🍓

خضار مهروسة ومخففة إلى كثافة الزبادي. 🥕

مأكولات طبيعية ثقيلة مثل: الموز المهروس، 🍌

الشوفان، الزبادي مع قطع صغيرة من الفواكه،

والبطاطس المهروسة.



المثقل

تعليمات الاستخدام



1. يتم إضافة البودرة أولاً بالكمية المذكورة حسب التعليمات في كأس جاف نظيف.
2. ثم يتم إضافة السائل فوق البودرة.
3. ابدأ بالخلط مباشرة إلى أن تمتزج البودرة بالسائل.
4. اترك السائل لمدة دقيقة قبل التقديم.

الكمية (بالمعلقة المرفقة مع المثقل)				السائل
المستوى ٤ (ثقيل جدّ)	المستوى ٣ (ثقيل متوسط)	المستوى ٢ (ثقيل معتدل)	المستوى ١ (ثقيل قليلاً)	
6	4	2	1	200 مل
18	12	6	3	600 مل
30	20	10	5	1000 مل
60	40	20	10	2000 مل

لأن الوعي وقاية ..

إدارة التثقيف الصحي

قسم اضطرابات التواصل والبلع



HEM1.21.0001298

