

Recommandations pour l'épaississement des liquides

Type d'épaississant : ThickenUp Régulier ®





L'épaississement des liquides au chevet des usagers doit se faire de façon **exceptionnelle**.

Il est important de suivre le mode de préparation de cette fiche.







Toujours utiliser soit le verre en styromousse, le verre ou la tasse en plastique, disponibles sur les unités. En l'absence de ces contenants, assurez-vous de prendre des contenants de même capacité, soit ½ tasse ou ¾ tasse.

La quantité de poudre épaississante à utiliser est indiquée dans le tableau au verso.

Mode de préparation :

- Pour épaissir adéquatement, utiliser des cuillères à mesurer. 
- Verser la quantité voulue de liquide dans le contenant qui sera utilisé pour boire.
- Mesurer la quantité de poudre épaississante nécessaire selon le liquide choisi (voir tableau).
 - **ATTENTION** : Bien remplir la cuillère (cuillère rase), la poudre ne doit pas déborder. 
- Ajouter toute la poudre épaississante au liquide, d'un seul coup.
- Bien mélanger avec une fourchette jusqu'à ce que la poudre soit complètement dissoute et que le liquide soit homogène.
- Laisser reposer **5 minutes**. Pour les suppléments nutritionnels (ex. : Ensure®, Boost®), laisser reposer **15 minutes**. Si le délai d'attente est plus court, le liquide risque d'avoir une consistance plus claire que celle désirée.
- (1/2 tasse ou 125 ml) langer à nouveau avec la fourchette avant de servir le liquide épaissi.

5 ml = 1 cuillère à thé (c. à thé)
15 ml = 1 cuillère à table (c. à table)

Type de liquide	Consistance désirée avec ThickenUp Régulier®					
	Nectar		Miel		Pouding	
	Quantité de poudre épaississante selon la capacité du contenant utilisé					
	4 onces (1/2 tasse ou 125ml)	6 onces (3/4 tasse ou 190 ml)	4 onces (1/2 tasse ou 125 ml)	6 onces (3/4 tasse ou 190 ml)	4 onces (1/2 tasse ou 125 ml)	6 onces (3/4 tasse ou 190 ml)
						
Boisson chaude (thé, café, tisane, bouillon)	20 ml (1 c. à table + 1 c. à thé)	30 ml (2 c. à table)	25 ml (1 c. à table + 2 c. à thé)	40 ml (2 c. à table + 2 c. à thé)	30 ml (2 c. à table)	45 (3 c. à table)
Boisson gazeuse	15 ml (1 c. à table)	25 ml (1 c. à table + 2 c. à thé)	20 ml (1 c. à table + 1 c. à thé)	30 ml (2 c. à table)	25 ml (1 c. à table + 2 c. à thé)	40 ml (2 c. à table + 2 c. à thé)
Eau froide	20 ml (1 c. à table + 1 c. à thé)	30 ml (2 c. à table)	25 ml (1 c. à table + 2 c. à thé)	40 ml (2 c. à table + 2 c. à thé)	30 ml (2 c. à table)	45 (3 c. à table)
Jus d'orange sans pulpe	20 ml (1 c. à table + 1 c. à thé)	30 ml (2 c. à table)	25 ml (1 c. à table + 2 c. à thé)	40 ml (2 c. à table + 2 c. à thé)	30 ml (2 c. à table)	45 (3 c. à table)
Jus de pomme	20 ml (1 c. à table + 1 c. à thé)	30 ml (2 c. à table)	25 ml (1 c. à table + 2 c. à thé)	40 ml (2 c. à table + 2 c. à thé)	30 ml (2 c. à table)	45 (3 c. à table)
Jus de tomates/légumes	15 ml (1 c. à table)	25 ml (1 c. à table + 2 c. à thé)	20 ml (1 c. à table + 1 c. à thé)	30 ml (2 c. à table)	25 ml (1 c. à table + 2 c. à thé)	40 ml (2 c. à table + 2 c. à thé)
Lait froid	25 ml (1 c. à table + 2 c. à thé)	40 ml (2 c. à table + 2 c. à thé)	30 ml (2 c. à table)	45 (3 c. à table)	35 ml (2 c. à table + 1 c. à thé)	55 ml (3 c. à table + 2 c. à thé)
Supplément nutritionnel	25 ml (1 c. à table + 2 c. à thé)	40 ml (2 c. à table + 2 c. à thé)	30 ml (2 c. à table)	45 (3 c. à table)	35 ml (2 c. à table + 1 c. à thé)	55 ml (3 c. à table + 2 c. à thé)

Pour tout questionnement en lien avec la dysphagie, se référer à un des professionnels en dysphagie de votre milieu : ergothérapeute, nutritionniste ou orthophoniste.