நிலை 7 வழக்கமான உணவு

நிலை 7 வழக்கமான உணவுமுறை எப்படி இருக்கும்?

பல்வேறு அமைப்புகள் மற்றும் அளவுகள் கொண்ட சாதாரண அன்றாட உணவுகள்.
உணவுகள் கடினமாகவோ, மொறுமொறுப்பாகவோ அல்லது இயற்கையாகவே மென்மையாகவோ இருக்கலாம்

உணவில் விதைகள், எலும்புகள் அல்லது தோல் இருக்கலாம்

'கலப்பு' நிலைத்தன்மையை உள்ளடக்கும் (எ.கா. சூப் நூடல்ஸ், பாலுடன் தானியம்)

நீங்கள்/உங்கள் அன்புக்குரியவர் இவ்வாறு இருந்தால் நிலை 7 வழக்கமான உணவுமுறை பொருத்தமானதாக இருக்கலாம்:

- அனைத்து அமைப்புகளையும் எளிதில் சோர்வடையாமல் கடித்து மென்று சாப்பிடலாம்

கலப்பு நிலைத்தன்மையுள்ள உணவுகள் என்றால் என்ன?

- உணவுத் துண்டுகள் மற்றும் திரவங்கள் இரண்டையும் கொண்ட உணவுகள் (எ.கா. குழம்பு அல்லது சூப்)
- உணவுத் துண்டுகளை நாம் மெல்லும்போது திரவங்கள் தொண்டையின் பின்புறம் வழியலாம். டிஸ்ஃபேஜியா உள்ளவர்களுக்கு இது ஆபத்தானது.
- பாலுடன் கூடிய தானியங்கள், சூப் நூடுல்ஸ், பப்பில் டீ மற்றும் தர்பூசணி ஆகியவை கலப்பு நிலைத்தன்மையுள்ள உணவுகளின் எடுத்துக்காட்டுகள்.

MOH EatSafe SG. Version 1, 8 Feb 2024

Adapted from the IDDSI International Website www.iddsi.org
© The International Dysphagia Diet Standardisation Initiative 2019 @ https://iddsi.org/framework. Licensed under the CreativeCommons Attribution Sharealike 4.0 License https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/legalcode. Derivative works extending beyond language translation are NOT PERMITTED.

These are NOT official IDDSI resources, educational materials or education programmes and they are NOT meant to replace materials and resources on www.iddsi.org.

EC 7 நிலை 7 மெல்லுவதற்கு எளிதான உணவு

நிலை 7 மெல்வதற்கு எளிதான உணவுமுறை எப்படி இருக்கும்?

சாதாரண மென்மையான அன்றாட உணவு

எந்த அளவிலும் உள்ள உணவு துண்டுகள்

'கலப்பு' நிலைத்தன்மை உணவுகளை உள்ளடக்கலாம்

உணவு மென்மையாக இருக்க வேண்டும்! கடினமான, சிரமமான, மெல்வதற்கு நேரம் எடுக்கும், நார்ச்சத்து உள்ள, மொறுமொறுப்பான உணவுகள் சேர்க்கப்படாது.

நீங்கள்/உங்கள் அன்புக்குரியவர் இவ்வாறு இருந்தால் நிலை 7 மெல்வதற்கு எளிதான உணவுமுறை பொருத்தமானதாக இருக்கலாம்:

- கடினமான உணவை சாப்பிடுவதற்கு கடினம் அல்லது வலியாக இருக்கும்
- மென்மையான உணவை எளிதில் சோர்வடையாமல் கடித்து மென்று சாப்பிடலாம்

உதாரணங்கள்:

மென்மையான காய்கறிகள் (நார்ச்சத்து மிகவும் இருந்தால் தண்டுகளை அகற்றவும்).

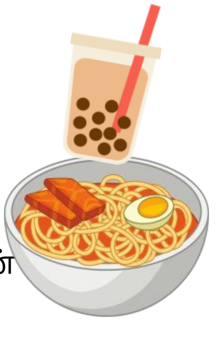
மென்மையான மீன்

மென்மையான கோழி

மீ ரபூஸ்

கலப்பு நிலைத்தன்மையுள்ள உணவுகள் என்றால் என்ன?

- உணவுத் துண்டுகள் மற்றும் திரவங்கள் இரண்டையும் கொண்ட உணவுகள் (எ.கா. குழம்பு அல்லது சூப்)
- உணவுத் துண்டுகளை நாம் மெல்லும்போது திரவங்கள் தொண்டையின் பின்புறம் வழியலாம். டிஸ்ஃபேஜியா உள்ளவர்களுக்கு இது ஆபத்தானது.
- பாலுடன் கூடிய தானியங்கள், சூப் நூடுல்ஸ், பப்பில் டீ மற்றும் தர்பூசணி ஆகியவை கலப்பு நிலைத்தன்மையுள்ள உணவுகளின் எடுத்துக்காட்டுகள்.



Adapted from the IDDSI International Website www.iddsi.org
© The International Dysphagia Diet Standardisation Initiative 2019 @ https://iddsi.org/framework. Licensed under the CreativeCommons Attribution Sharealike 4.0 License https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/legalcode. Derivative works extending beyond language translation are NOT PERMITTED.

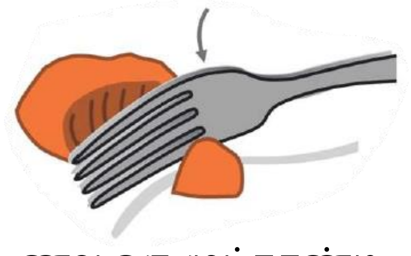
These are NOT official IDDSI resources, educational materials or education programmes and they are NOT meant to replace materials and resources on www.iddsi.org.

நிலை 7 மெல்லுவதற்கு எளிதான உணவு

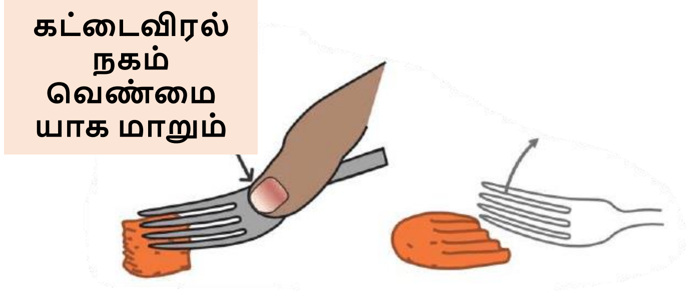
நிலை 7 மெல்லுவதற்கு எளிதான உணவுமுறையில் தவிர்க்கவேண்டிய உணவு:

உணவு வகைகள்	உதாரணங்கள்
நூலான மற்றும் நார் உள்ள உணவு	ஆரஞ்சு, சரம் பீன்ஸ், கங்கொங்
தோல் கொண்ட பழங்கள் அல்லது காய்கறிகள்	திராட்சை, ஆப்பிள், நீண்ட பீன்ஸ்
மொறுமொறுப்பான அல்லது நொறுங்கும் உணவு	டோஸ்ட், செதில்களாகும் மாவு பண்டம், முறுக்கு
மெல்வதற்கு நேரம் எடுக்கும் அல்லது பிசுபிசுப்பான உணவு	சூன் குவே, பாக் ஜாங், மாட்டிறைச்சி ஜெர்க்கி
கடினமான உணவு	கொட்டைகள், மாமிசம்
வழுவழுப்பான உணவு	அகர் அகர், க்ராஸ் ஜெல்லி, பீன்கர்ட், மீன் பந்து

உணவு சரியான அமைப்பில் உள்ளதா என்பதை எவ்வாறு நான் சரிபார்க்கலாம்?



உணவு ஒரு முட்கரண்டி அல்லது கரண்டியால் **எளிதில் உடைக்கப்பட வேண்டும்**.



உணவு **போதுமான அளவு மென்மையாக** இருப்பதை உறுதி செய்ய, உங்கள் **கட்டைவிரல் நகம் வெண்மையாக மாறும் அளவுக்கு** அழுத்தத்துடன் முட்கரண்டி மீது அழுத்தவும்.

உணவு **முற்றிலும் நசுக்கப்பட வேண்டும்** மற்றும் அதன் **வடிவத்தை மீண்டும் பெற முடியாது**.

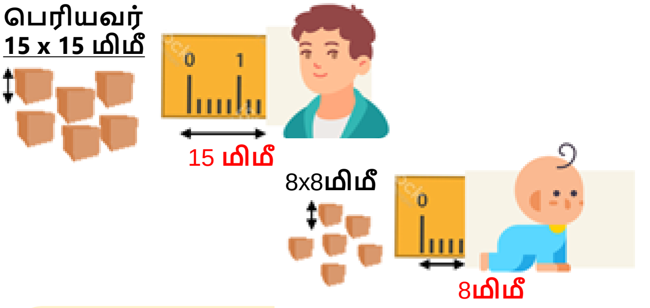
Adapted from the IDDSI International Website www.iddsi.org
© The International Dysphagia Diet Standardisation Initiative 2019 @ https://iddsi.org/framework. Licensed under the CreativeCommons Attribution Sharealike 4.0 License https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/legalcode. Derivative works extending beyond language translation are NOT PERMITTED.

These are NOT official IDDSI resources, educational materials or education programmes and they are NOT meant to replace materials and resources on www.iddsi.org.

நிலை 6 மென்மையான மற்றும் கடி-அளவு உணவு

MINISTRY OF HEALTH
SINGAPORE

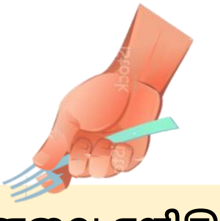
நிலை 6 மென்மையான மற்றும் கடி அளவு உணவுமுறை எப்படி இருக்கும்?



- மென்மையான மற்றும் ஈரமான
- உணவில் இருந்து தனி திரவம் சொட்டுவதில்லை
- சாஸ் கெட்டியாக இருக்க வேண்டும்

"கடி அளவு" உணவு, இதைவிட பெரியது அல்ல:
பெரியவர்களுக்கு 15 x 15 மிமீ
(1.5 செமீ துண்டுகள்)
குழந்தைகளுக்கு 8 x 8 மிமீ

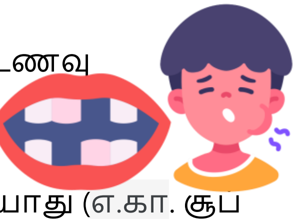
மெல்லுதல் இன்னும் தேவை



உணவை எளிதில் பிசைக்கலாம்

நீங்கள்/உங்கள் அன்புக்குரியவர் இவ்வாறு இருந்தால் நிலை 6 மென்மையான மற்றும் கடி அளவுள்ள உணவுமுறை பொருத்தமானதாக இருக்கலாம்:

- உணவைக் கடிக்க முடியாது, ஆனால் இன்னும் சிறிய உணவு துண்டுகளை மெல்ல முடியும்
- மெல்லுவதற்கு வலி அல்லது சோர்வாக இருந்தால்
- பற்கள் இல்லை அல்லது செயற்கை பற்கள் உள்ளன
- கலப்பு நிலைத்தன்மையை பாதுகாப்பாக எடுக்க முடியாது (எ.கா. சூப் நூடுல்ஸ், பாலுடன் கூடிய தானியங்கள்)



உதாரணங்கள்:

கெட்டியான கஞ்சி தனி திரவம் இல்லை

மென்மையான மற்றும் கடி அளவு மீன் மற்றும் காய்கறி துண்டுகள் லேசான அல்லது
- பெரியவர்களுக்கு 15 x 15 மிமீக்கு மேல் பெரிதாக இருக்க கூடாது
- மிதமான கெட்டி குழம்புடன் பரிமாறப்படுகிறது

வெட்டப்பட்ட மீ ரபூஸ்

யாம் கேக்

MOH EatSafe SG. Version 1, 8 Feb 2024

Adapted from the IDDSI International Website www.iddsi.org
© The International Dysphagia Diet Standardisation Initiative 2019 @ https://iddsi.org/framework. Licensed under the CreativeCommons Attribution Sharealike 4.0 License https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/legalcode. Derivative works extending beyond language translation are NOT PERMITTED.

These are NOT official IDDSI resources, educational materials or education programmes and they are NOT meant to replace materials and resources on www.iddsi.org.

6 நிலை 6 மென்மையான மற்றும் கடி-அளவு உணவு

MINISTRY OF HEALTH
SINGAPORE

நிலை 6 மென்மையான மற்றும் கடி அளவுள்ள உணவுமுறையில் தவிர்க்கவேண்டிய உணவு:

உணவு வகைகள்	உதாரணங்கள்
நூலான மற்றும் நார் உள்ள உணவு	ஆரஞ்சு, சரம் பீன்ஸ், கங்கொங்
தோல் கொண்ட பழங்கள் அல்லது காய்கறிகள்	திராட்சை, ஆப்பிள், நீண்ட பீன்ஸ்
மொறுமொறுப்பான அல்லது நொறுங்கும் உணவு	டோஸ்ட், செதில்களாகும் மாவு பண்டம், முறுக்கு
மெல்வதற்கு நேரம் எடுக்கும் அல்லது பிசுபிசுப்பான உணவு	சூன் குவே, பாக் ஜாங், மாட்டிறைச்சி ஜெர்க்கி
கடினமான உணவு	கொட்டைகள், மாமிசம்
வழுவழுப்பான உணவு	அகர் அகர், க்ராஸ் ஜெல்லி, பீன்கர்ட், மீன் பந்து
கலப்பு நிலைத்தன்மையுள்ள உணவு	தர்பூசணி மற்றும் ஆரஞ்சு போன்ற சாறு உள்ள பழங்கள், நூடுல் சூப், தண்ணீர் கலந்த அரிசி கஞ்சி, போபியா, டவ் சுவான்

உணவு சரியான அமைப்பில் உள்ளதா என்பதை எவ்வாறு நான் சரிபார்க்கலாம்?

உணவுத் துண்டு பெரியவர்களுக்கு **15 மிமீ x 15 மிமீக்கு மேல் பெரிதாக இருக்கக்கூடாது**
(தோராயமாக இரவு உணவு முட்கரண்டியின் அகலம்)

உணவு **போதுமான அளவு மென்மையாக** இருப்பதை உறுதி செய்ய, உங்கள் **கட்டைவிரல் நகம் வெண்மையாக மாறும் அளவுக்கு** அழுத்தத்துடன் முட்கரண்டி மீது அழுத்தவும்.

உணவு **முற்றிலும் நசுக்கப்பட வேண்டும்** மற்றும் அதன் **வடிவத்தை மீண்டும் பெற முடியாது**.

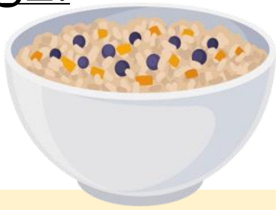
MOH EatSafe SG. Version 1, 8 Feb 2024

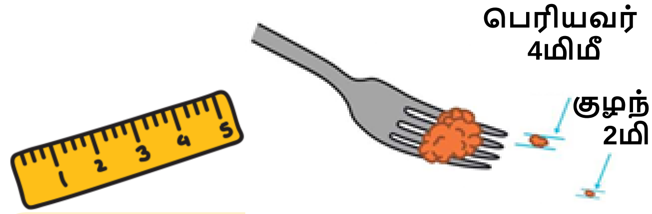
Adapted from the IDDSI International Website www.iddsi.org
© The International Dysphagia Diet Standardisation Initiative 2019 @ https://iddsi.org/framework. Licensed under the CreativeCommons Attribution Sharealike 4.0 License https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/legalcode. Derivative works extending beyond language translation are NOT PERMITTED.

These are NOT official IDDSI resources, educational materials or education programmes and they are NOT meant to replace materials and resources on www.iddsi.org.

5 நிலை 5 அரைத்த மற்றும் ஈரமான உணவு

நிலை 6 அரைத்த மற்றும் ஈரமான உணவுமுறை எப்படி இருக்கும்?





தனி மெல்லிய திரவம் (அதாவது சாஸ்/திரவம் உணவில் இருந்து சொட்டாத) மென்மையான மற்றும் ஈரமான உணவு

**உணவில் சிறிய கட்டிகள் தெரியும்
இதை விட பெரியது இல்லை:
பெரியவர்களுக்கு 4x15 மிமீ
குழந்தைகளுக்கு 2x8 மிமீ**

கட்டிகளை நாக்கால் எளிதில் பிசையலாம்

குறைந்தபட்ச மெல்லுதல் தேவை

நீங்கள்/உங்கள் அன்புக்குரியவர் இவ்வாறு இருந்தால் நிலை 5 அரைத்த மற்றும் ஈரமான உணவுமுறை பொருத்தமானதாக இருக்கலாம்:

- கொஞ்சம் மெல்லும் ஆற்றல் உள்ளது
- மெல்லுவதற்கு வலி அல்லது சோர்வாக உள்ளது
- உணவைப் பிசைவதற்கு நாக்கைப் பயன்படுத்த முடியும்
- பற்கள் இல்லை அல்லது தளர்வான செயற்கை பற்கள் உள்ளது

உதாரணங்கள்:

கெட்டியான கஞ்சி (தனி மெல்லிய திரவங்கள் இல்லாமல்)

அரைத்த இறைச்சி

- லேசான, மிதமான அல்லது மிகவும் கெட்டியான குழம்புடன் பரிமாறப்படுகிறது
- அதிகப்படியான குழம்பை வடிகட்டவும்

அரைத்த காய்கறிகள்

Adapted from the IDDSI International Website www.iddsi.org
© The International Dysphagia Diet Standardisation Initiative 2019 @ https://iddsi.org/framework. Licensed under the CreativeCommons Attribution Sharealike 4.0 License https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/legalcode. Derivative works extending beyond language translation are NOT PERMITTED.

These are NOT official IDDSI resources, educational materials or education programmes and they are NOT meant to replace materials and resources on www.iddsi.org.

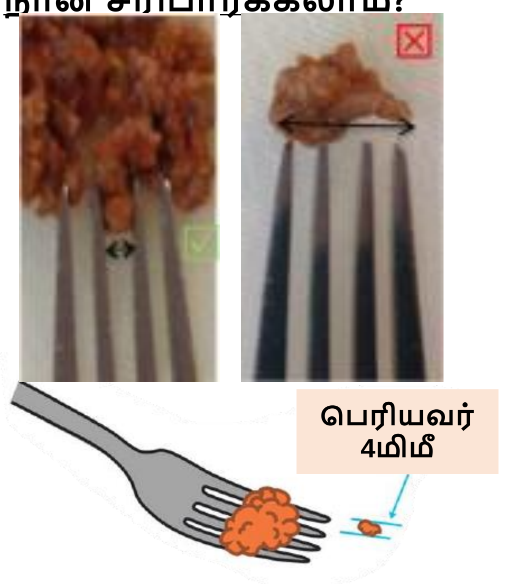
MINISTRY OF HEALTH
SINGAPORE

5 நிலை 5 அரைத்த மற்றும் ஈரமான உணவு

நிலை 5 அரைத்த மற்றும் ஈரமான உணவுமுறையில் தவிர்க்கவேண்டிய உணவு:

உணவு வகைகள்	உதாரணங்கள்
நூலான மற்றும் நார் உள்ள உணவு	ஆரஞ்சு, சரம் பீன்ஸ், கங்கொங்
தோல் கொண்ட பழங்கள் அல்லது காய்கறிகள்	திராட்சை, ஆப்பிள், நீண்ட பீன்ஸ்
மொறுமொறுப்பான அல்லது நொறுங்கும் உணவு	டோஸ்ட், செதில்களாகும் மாவு பண்டம், முறுக்கு
மெல்வதற்கு நேரம் எடுக்கும் அல்லது பிசுபிசுப்பான உணவு	சூன் குவே, பாக் ஜாங், மாட்டிறைச்சி ஜெர்க்கி
கடினமான உணவு	கொட்டைகள், மாமிசம்
வழுவழுப்பான உணவு	அகர் அகர், க்ராஸ் ஜெல்லி, பீன்கர்ட், மீன் பந்து
கலப்பு நிலைத்தன்மையுள்ள உணவு	தர்பூசணி மற்றும் ஆரஞ்சு போன்ற சாறு உள்ள பழங்கள், நூடுல் சூப், தண்ணீர் கலந்த அரிசி கஞ்சி, போபியா, டவ் சுவான்

உணவு சரியான அமைப்பில் உள்ளதா என்பதை எவ்வாறு நான் சரிபார்க்கலாம்?



உணவுத் துண்டு பெரியவர்களுக்கு **4 மிமீ x 15 மிமீக்கு** மேல் பெரிதாக இருக்கக்கூடாது (முட்கரண்டி முனைகளுக்கு இடையில் பொருந்தும்)

ஒரு முட்கரண்டி அல்லது கரண்டியால் **எளிதில் பிசையும் அளவுக்கு** உணவு மென்மையானது.

Adapted from the IDDSI International Website www.iddsi.org
© The International Dysphagia Diet Standardisation Initiative 2019 @ https://iddsi.org/framework. Licensed under the CreativeCommons Attribution Sharealike 4.0 License https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/legalcode. Derivative works extending beyond language translation are NOT PERMITTED.

These are NOT official IDDSI resources, educational materials or education programmes and they are NOT meant to replace materials and resources on www.iddsi.org.

நிலை 4 கூழ்

நிலை 4 கூழ் உணவுமுறை எப்படி இருக்கும்?

திரவம் திடப்பொருட்களிலிருந்து பிரிக்கக்கூடாது

கட்டிகள் இல்லாத மென்மையான அமைப்பு

பிசுபிசுப்பு இல்லை கன்னங்கள், பற்கள், வாயின் கூரை அல்லது தொண்டையில் ஒட்டாது

மெல்லுதல் தேவையில்லை

நீங்கள்/உங்கள் அன்புக்குரியவர் இவ்வாறு இருந்தால் நிலை 4 கூழ் உணவுமுறை பொருத்தமானதாக இருக்கலாம்:

- கடிக்கவோ மெல்லவோ முடியவில்லை
- மெல்லுவதற்கு வலி அல்லது சோர்வாக உள்ளது
- நாக்கு வலிமை குறைவு
- பற்கள் இல்லை அல்லது தளர்வான செயற்கை பற்கள் உள்ளது

உதாரணங்கள்:

கோழி

கஞ்சி

காய்கறி

MOH EatSafe SG. Version 1, 8 Feb 2024

Adapted from the IDDSI International Website www.iddsi.org

© The International Dysphagia Diet Standardisation Initiative 2019 @ https://iddsi.org/framework. Licensed under the CreativeCommons Attribution Sharealike 4.0 License https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/legalcode. Derivative works extending beyond language translation are NOT PERMITTED.

These are NOT official IDDSI resources, educational materials or education programmes and they are NOT meant to replace materials and resources on www.iddsi.org.

நிலை 4 கூழ்

நிலை 4 கூழ் உணவுமுறையில் தவிர்க்கவேண்டிய உணவு:

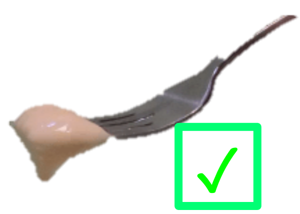
நிலை 4 கூழ் நிலைத்தன்மையைப் பூர்த்தி செய்ய நீங்கள் பொதுவான உணவைக் கலந்து அரைக்கலாம்
இருப்பினும், இந்த வகை உணவுகளை கலப்பதைத் தவிர்க்க விரும்பலாம், ஏனெனில் அவை கலந்த பிறகும் கட்டிகள் அல்லது நார்களைக் கொண்டிருக்கலாம்.

உணவு வகைகள்	உதாரணங்கள்
நூலான மற்றும் நார் உள்ள உணவு	ஆரஞ்சு, சரம் பீன்ஸ், கங்கொங்
தோல் கொண்ட பழங்கள் அல்லது காய்கறிகள்	திராட்சை, ஆப்பிள், நீண்ட பீன்ஸ்
தசைநார் கொண்ட இறைச்சி	சில இறைச்சி வெட்டுக்கள்
கடினமான உணவு	கொட்டைகள், பூசணி விதைகள்

உணவு சரியான அமைப்பில் உள்ளதா என்பதை எவ்வாறு நான் சரிபார்க்கலாம்?

உணவு **மிருதுவாகவும், கட்டிகள் இல்லாததாகவும்** இருக்க வேண்டும்

தேக்கரண்டி சாய்ந்து அல்லது லேசாக அசையும்போது உணவு **எளிதில் கரண்டியிலிருந்து விழும்**.
இதன் பொருள் உணவு **உறுதியாகவும் பிசுபிசுப்பாகவும் இல்லை.**



உணவு முட்கரண்டிக்கு **மேலே குன்றும்.** இது முட்கரண்டி முனைகள் இடையே தொடர்ந்து வழியக்கூடாது.

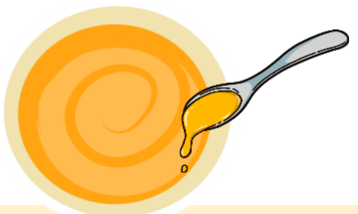
MOH EatSafe SG. Version 1, 8 Feb 2024

Adapted from the IDDSI International Website www.iddsi.org
© The International Dysphagia Diet Standardisation Initiative 2019 @ https://iddsi.org/framework. Licensed under the CreativeCommons Attribution Sharealike 4.0 License https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/legalcode. Derivative works extending beyond language translation are NOT PERMITTED.

These are NOT official IDDSI resources, educational materials or education programmes and they are NOT meant to replace materials and resources on www.iddsi.org.

நிலை 3 திரவமாக்கப்பட்ட உணவு

நிலை 3 திரவமாக்கப்பட்ட உணவுமுறை எப்படி இருக்கும்?



- கட்டிகள் இல்லாத மென்மையான அமைப்பு
- ஒரு கரண்டியால் சாப்பிடலாம் அல்லது ஒரு கோப்பையில் இருந்து குடிக்கலாம்

அதன் வடிவத்தை தக்கவைக்க முடியாது

நிலை 4 கூழை விட அதிக நீர் நிறைந்திருக்கும்

- மெல்லுதல் தேவையில்லைஉணவை
- நேரடியாக விழுங்கலாம்

நீங்கள்/உங்கள் அன்புக்குரியவர் இவ்வாறு இருந்தால் நிலை 3 திரவமாக்கப்பட்ட உணவுமுறை பொருத்தமானதாக இருக்கலாம்:

- நாக்கு வலிமை குறைவு
- வாயில் உணவைக் கட்டுப்படுத்த நேரம் தேவைப்படலாம்
- மெல்லுவதற்கு வலி அல்லது சோர்வாக உள்ளது
- பற்கள் இல்லை அல்லது தளர்வான செயற்கை பற்கள் உள்ளது

உதாரணங்கள்:

MOH EatSafe SG. Version 1, 8 Feb 2024

Adapted from the IDDSI International Website www.iddsi.org
© The International Dysphagia Diet Standardisation Initiative 2019 @ https://iddsi.org/framework. Licensed under the CreativeCommons Attribution Sharealike 4.0 License https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/legalcode. Derivative works extending beyond language translation are NOT PERMITTED.

These are NOT official IDDSI resources, educational materials or education programmes and they are NOT meant to replace materials and resources on www.iddsi.org.

நிலை 3 திரவமாக்கப்பட்ட உணவு

நிலை 3 திரவமாக்கப்பட்ட உணவுமுறையில் தவிர்க்கவேண்டிய உணவு:

நிலை 3 திரவமாக்கப்பட்ட நிலைத்தன்மையை சந்திக்க நீங்கள் பொதுவான உணவை கலந்து அரைக்கலாம்.

இருப்பினும், இந்த வகை உணவுகளை கலப்பதைத் தவிர்க்க விரும்பலாம், ஏனெனில் அவை கலந்த பிறகும் கட்டிகள் அல்லது நார்களை கொண்டிருக்கலாம்.

உணவு வகைகள்	உதாரணங்கள்
நூலான மற்றும் நார் உள்ள உணவு	ஆரஞ்சு, சரம் பீன்ஸ், கங்கொங்
தோல் கொண்ட பழங்கள் அல்லது காய்கறிகள்	திராட்சை, ஆப்பிள், நீண்ட பீன்ஸ்
தசைநார் கொண்ட இறைச்சி	சில இறைச்சி வெட்டுக்கள்
கடினமான உணவு	கொட்டைகள், பூசணி விதைகள்

உணவு சரியான அமைப்பில் உள்ளதா என்பதை எவ்வாறு நான் சரிபார்க்கலாம்?

உணவு **மிருதுவாகவும், கட்டிகள் இல்லாததாகவும்** இருக்க வேண்டும்

உணவு முட்கரண்டிகள் வழியாக மெதுவாக சொட்ட வேண்டும்

சாய்ந்தால் கரண்டியிலிருந்து எளிதாக ஊற்றுகிறது. இதன் பொருள் உணவு **உறுதியாகவும் பிசுபிசுப்பாகவும் இல்லை.**

MOH EatSafe SG. Version 1, 8 Feb 2024

Adapted from the IDDSI International Website www.iddsi.org
© The International Dysphagia Diet Standardisation Initiative 2019 @ https://iddsi.org/framework. Licensed under the CreativeCommons Attribution Sharealike 4.0 License https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/legalcode. Derivative works extending beyond language translation are NOT PERMITTED.

These are NOT official IDDSI resources, educational materials or education programmes and they are NOT meant to replace materials and resources on www.iddsi.org.