

Efternamn

Förnamn

Kön

Ålder

Datum

## Syftet med frågorna:

EAT-10 underlättar bedömning av sväljningsbesvär.

Det kan vara viktigt att du talar med din läkare om behandlingsmöjligheter för dina sväljningsbesvär.

## A. Instruktioner:

Besvara varje fråga genom att skriva poäng-siffran i rutan.

I vilken grad upplever du följande problem?

### 1 Jag har gått ner i vikt på grund av mina sväljningssvårigheter.

0 = Inga besvär

1

2

3

4 = Svåra besvär

### 2 Mina sväljningssvårigheter gör att jag drar mig för att gå ut och äta, t ex på restaurang.

0 = Inga besvär

1

2

3

4 = Svåra besvär

### 3 Att svälja vätska är ansträngande.

0 = Inga besvär

1

2

3

4 = Svåra besvär

### 4 Att svälja fast föda är ansträngande.

0 = Inga besvär

1

2

3

4 = Svåra besvär

### 5 Att svälja tabletter är ansträngande.

0 = Inga besvär

1

2

3

4 = Svåra besvär

### 6 Det gör ont att svälja.

0 = Inga besvär

1

2

3

4 = Svåra besvär

### 7 Mina sväljningssvårigheter påverkar mina möjligheter att njuta av mat.

0 = Inga besvär

1

2

3

4 = Svåra besvär

### 8 Maten fastnar i halsen när jag sväljer.

0 = Inga besvär

1

2

3

4 = Svåra besvär

### 9 Jag får hosta när jag äter.

0 = Inga besvär

1

2

3

4 = Svåra besvär

### 10 Mina sväljningsbesvär gör mig stressad.

0 = Inga besvär

1

2

3

4 = Svåra besvär

## B. Poängsummering:

Summera antal poäng och skriv totalsumman i rutan.

**Total poäng** (maximalt 40 poäng)

## C. Vad gör jag nu?:

Om poängsumman i EAT-10 är 3 eller mer kan det betyda att du har problem med sväljningens effektivitet och säkerhet. Vi rekommenderar att du talar med din läkare om resultatet av EAT-10.

Referens: EAT-10 har visat sig vara pålitligt och noggrant  
Belafsky PC, Mouadeb DA, Rees CJ, Pryor JC, Postma GN, Allen J, Leonard RJ. Validity and Reliability of the Eating Assessment Tool (EAT-10). Annals of Otolaryngology & Laryngology 2008;117(12):919-924.