

Mat som medisin

Fagdag 25.9.2018

**Vidar Roseth, virksomhetsleder
Thor-Arne Nilsen, kjøkkensjef**



Eidsvoll

Eidsvoll kommune
- trivsel og vekst i grunnlovsbygda



Vilberg kompetansesenter for helse og omsorg





2. juli 2014

Underernærte eldre følges ikke opp

– Eldre er en risikogruppe for underernæring. Det er alvorlig fordi det reduserer motstand mot infeksjoner og annen sykdom.

Kommunal Rapport

26. juni 2015

Underernæring blant eldre – kommunenes ansvar



13. Februar 2017

Svikt i rutiner har ført til underernæring på sykehjem

I rapporten står det at sykehjemmet har kartlagt ernæringen hos den del av beboerne, men ikke klart å følge dem opp. Dette har ført til at flere pasienter har gått kraftig ned i vekt.

Sykepleien

1. juli 2015

Mer enn halvparten av de eldre på sykehjem er underernært

Dagbladet

23. august 2017

Underernæring på sykehjem Sjokktall om eldre som sliter med å spise

Meld. St. 15 Leve hele livet

Rundt en tredjedel av eldre pasienter i sykehus og i helse- og omsorgstjenesten i kommunene er underernært eller i risiko for underernæring



Eidsvoll

Eidsvoll kommune
- trivsel og vekst i grunnlovsbygda



Hva er dagens høydepunkter?



- Underernæring (også feilernæring og fedme)
- Trivselsutfordringer
- Måltidssituasjonene



- Kompetanse
- Systematikk og verktøy i ernæringsarbeidet
- Måltidsplan



Eidsvoll kommune

Vilberg kompetansesenter for helse og omsorg



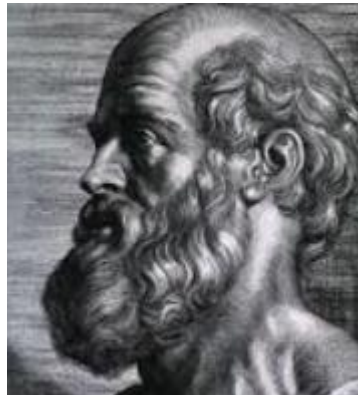
Plan for ernæring og måltider

02.01.17



«La din mat være din medisin, og la din medisin være din mat»

(Hippokrates, legekunstens far, 460 – 370 f. Kr.)



Et prioritert område

Lederengasjement, plan,
helhet og system må til

- Ernæring og måltider er en viktig del av tjenestene
 - Måltidsplan og individuell tilpasning ut fra ernæringsbehov
 - Matglede, måltidene som møteplasser
 - Alt virker inn på både helse og trivsel
- Individuell tilpasning og medbestemmelse
- Virksomheten må ha god kompetanse
- Klart ansvar og godt samarbeid er avgjørende

Hvordan kartlegges den enkeltes behov?

- Innledende risikovurdering
- Bruk av [MNA](#) (Mini Nutritional Assessment)
- Erfaringer
 - Dette klarer vi å gjennomføre for de fleste pasienter
 - For noen må det gjøres vurderinger i tillegg til dette skjemaet (f.eks. sykdommers påvirkning, munn- og tannhelse, legemiddel-interaksjoner, vitamin- og mineralmangel)



Ernæringsplan

- Planen skrives og dokumenteres i CosDoc (mal og prosedyrer finnes)
- Erfaringer
 - God gjennomføringsgrad
 - Vi klarer i stor grad å følge opp planene
 - Vi er ikke gode nok på måling av avvik



Individuelle tilpasninger

Ernæringstrappa



Eidsvoll

Eidsvoll kommune
- trivsel og vekst i grunnlovsbygda



Tidligere måltidsplan

- Frokost kl 09.00
- Saft/fruktrunde/smoothie kl 11.00
- Middag kl 13.00 (13.30)
- Kaffe og kake kl 15.30
- Kveldsmat kl 18.00
- Suppe++ kl 20.00 til 21.00

Ikke ille, men vi kunne bli bedre



Ny måltidsplan

- Frokost kl 09.00
- Saft/fruktrunde/smoothie kl 11.00
- Mellommåltid kl 13.00 (12.30)
- Middag kl 16.00 (15.30)
- Kveldsmat kl 19.30
- Et kveldsmåltid nr 2 etter kl 21 etter behov
- I praksis mulighet for noe mat og drikke når man ønsker det på sengeavdelingene



Bedre, gjennomført
for alle aktuelle
avdelinger



Erfaringer med ny måltidsplan

- I utgangspunktet gjennomført uten bemanningsøkning - krevende
- Noe bedre muligheter for ro i måltidssituasjonene
- Overspising til lunsj – behov for å justere serveringen vesentlig
- Det tar tid å forankre det nye og justere seg inn
- Vanskelig å beregne - mye matsvinn den første tiden
- Høyere matutgifter



Effekter så langt?

- «Mat som medisin» og en viktig del av tjenestene har større oppmerksomhet
- Mindre risiko for under-/feilernæring
- Roligere pasienter
- Noen pasienter sover bedre om natta
- Bedre trivsel
- Mindre medisinbruk?



Hva mer burde vi gjøre?

- Flere arrangementer/selskaper for pasientene med god mat og drikke
- Å kunne tilby mer variert drikke til maten
- Et lite serveringssted/kiosk på sykehjemmet?
- Bli sertifisert som «livsgledehem» – her kreves det bl.a. at virksomheten har en hyggelig ramme rundt måltidene



Retningslinjer og verktøy

[St.meld 15 – leve hele livet](#)

[Nasjonale faglige retningslinjer for forebygging og behandling av underernæring](#)

[Helsedirektoratet – god ernæringspraksis](#)

[Kosthåndboken](#)

[MNA – Mini Nutritional Assessment](#)

[Bedre ernæringspraksis – til det beste for pasientene](#)

[Pasientsikkerhetsprogrammet – forebygging av underernæring](#)

[Ernæringskompetanse i helse- og omsorgstjenesten](#)

