

ASKERSUNDS KOMMUN	STYRDOKUMENT
Dokument Nutritionspolicy	Beslutat av Socialnämnden
Beslut SN § 95 2011-06-08	Giltighetstid 2011-06-08 -

# Nutritionspolicy

för särskilda boenden



## **Inledning**

Utifrån riktlinjerna i "Askersunds kommuns kostpolitiska program" upprättas en nutritionspolicy för alla särskilda boenden i Askersunds kommun.

Mat är ett av livets glädjeämnen. Maten är för många dagens höjdpunkt och innebär inte bara njutning utan tillgodoser livsnödvändiga behov av näring och energi. Den mat som serveras inom särskilda boenden i Askersunds kommun ska vara både god och näringsriktig, men också serveras på ett sådant sätt att aptiten stimuleras, så att alla brukare både får sitt energi- och näringsbehov tillgodosett samt får en god matupplevelse.

God hälsa och livskvalitet förutsätter ett gott näringstillstånd. Därför är kosten ett viktigt redskap för att förebygga sjukdom och bevara hälsa. Vid sjukdom och ohälsa ökar behovet av energi och näringsämnen medan förmågan att äta och tillgodogöra sig maten minskar. Risken för sjukdom och/eller funktionshinder ökar med stigande ålder, vilket innebär att äldre utgör en riskgrupp för utveckling av sjukdomsrelaterad undernäring. Vid sjukdom utgör därför energi- och näringsintaget en del av den medicinska behandlingen (nutritionsbehandling) och sorterar därför under HSL. Den boendes nutrition ska betraktas på samma sätt som annan medicinsk behandling och samma krav ska ställas på utredning, diagnos, behandling, uppföljning och dokumentation.

All personal ska ha kunskap om och känna engagemang för maten, måltiden och näringens betydelse för hälsan.

## **Lagar och föreskrifter**

I samband med nutritionarbete och livsmedelshantering ska följande lagar, föreskrifter och rekommendationer följas:

- Arbetsmiljölagen (SFS 1977:1160)
- Hälso- och sjukvårdslagen (HSL) (SFS 1982:737)
- Patientsäkerhetslagen (SFS 2010:659)
- Livsmedelslag (SFS 2006:804)
- Livsmedelsförordningen (SFS 2006:813)
- Socialtjänstlagen (SFS 1980:620)
- Kostprogram för Askersunds kommun
- "Ledningssystem för kvalitet och patientsäkerhet i hälso- och sjukvården", (SOSFS 2005:12)
- Mat och näring för äldre sjuka inom vård och omsorg" *Livsmedelsverket*
- Statens Livsmedelsverks kungörelse med föreskrifter
- Svenska näringsrekommendationer – 2005
- Miljö och hälsas egenkontrollprogram.
- Patientdatalagen (SFS 2008:355)

## Syfte

Detta dokument är framtaget i syfte att;

- Skapa enhetliga riktlinjer som kan underlätta för verksamheten att bibehålla en hög kvalitet i kost- och nutritionsomhändertagande.
- Klargöra ansvarsfördelningen mellan olika yrkeskategorier.
- Utgöra ett styrmedel i målarbete, uppföljning och utvärdering av verksamheten.

## Mål

Målsättningen är att ingen som bor i Askersunds kommuns äldreboenden ska lida av ofrivillig under/fel näring. All personal ska ha kunskap om och känna engagemang för maten, måltiden och näringens betydelse för hälsan.

## Delmål

Nattfastan ska inte överstiga 11 timmar. Alla erbjuds extra kvälls- och morgonmål för att minska nattfastan. Mätning av nattfastan görs på enheten och följs upp av enhetschefen.

Riskbedömning avseende undernäring görs i samband med inflyttning/inskrivning på säbo/korttidsenhet därefter årligen och individuellt vid behov i enlighet med Senior Alert.

Måltidsmiljön och maten är av stort värde för den enskilde. Måltiderna ska präglas av lugn och ro. Hemmiljö med anpassade möbler och serveringsartiklar anpassade för äldre är värdefulla detaljer för måltidsmiljön. (se bilaga, checklista)

Pedagogiska måltider är av stort värde för den enskilde, önskvärt är att en eller två personal sitter med vid bordet och äter. Där personal inte äter pedagogiskt ska en eller två personal ändå sitta med vid bordet.

## Senior Alert

Senior Alert är ett kvalitetsregister där riskbedömningar kommer att utföras, åtgärdsplaner upprättas och uppföljningar ska göras på alla med kommunal hälso- och sjukvård, över 65 år samt yngre om de t ex har speciella diagnoser där risk för fall, trycksador eller undernäring finns.

## Måltidsordning och måltidernas innehåll

För att få i sig tillräckligt med energi och näring ska maten delas upp på flera mål över dagen. Måltiderna serveras jämt så att nattfastan ej överstiger 11 timmar. Arbetschema och vårdrutiner ska anpassas efter den rekommenderade måltidsordningen. De som bor i Askersunds kommuns äldreboenden erbjuds tre huvudmål och två-tre mellanmål per dag. Energi- och näringsinnehåll ska följa ESS-gruppens rekommendationer beskrivna i "Mat och näring för sjuka inom vård och omsorg".

## Frukost 07.30-10.00

Frukosten ska innehålla 15-20% av det dagliga intaget.

Innehållande:

Gröt/välling/fil

Bröd/bordsmargarin/2 sorters pålägg

Kaffe/the/annan bordsdryck

**Mellanmål 10.00-11.00**

Mellanmålet ska innehålla 10-15% av det dagliga intaget.

Exempel på mellanmål:

Kaffe/the/annan dryck

Enkelt vetebröd/skorpa/kex/kaka

Smörgås med pålägg

Hemlagad näringsdryck (ska ordineras av sjuksköterska)

Fruktsoppa med grädde eller glass

Kräm med mjölk/grädde

**Middag 12.00-13.00**

Middag ska innehålla 20-25% av det dagliga intaget

Innehållande:

Varmrätt

Hårt bröd med bordsmargarin

Måltidsdryck

Dessert

**Mellanmål 14.00-15.30**

Mellanmålet ska innehålla 10-15% av det dagliga intaget.

Exempel på mellanmål:

Kaffe/the/annan dryck

Enkelt vetebröd/skorpa/kex/kaka

Smörgås med pålägg

Hemlagad näringsdryck (ska ordineras av sjuksköterska)

Fruktsoppa med grädde eller glass

Kräm med mjölk/grädde

**Kvällsmål 17.00-18.30**

Kvällsmålet ska innehålla 20-25% av det dagliga intaget

Innehållande

Varmrätt

Hårt bröd med bordsmargarin

Måltidsdryck

**Mellanmål/TV-mål 20.00-22.00**

Mellanmålet ska innehålla 10-15% av det dagliga intaget

Exempel på mellanmål

Välling, smörgås med pålägg

Varma koppen, smörgås med pålägg

Varm choklad, smörgås med pålägg

Nyponsoppa, smörgås med pålägg

Filmjök alt. yoghurt, smörgås med pålägg

Kräm med mjölk/grädde, smörgås med pålägg

Kaffe/the, smörgås med pålägg

## **Etik**

Att få sitt energi- och näringsbehov tillgodosett är en mänsklig rättighet. Sjukdom och därtill kopplad medicinsk behandling kan dock försvåra eller omöjliggöra för den enskilde att täcka detta behov på egen hand. Också sociala, psykologiska och kulturella faktorer kan påverka förutsättningen för ett optimalt energi- och näringsintag. Mat, måltid och ätande rymmer dessutom många dimensioner utöver de rent näringsmässiga. Vi har som personal inom ramen för respektive ansvarsområde, en skyldighet att tillsammans på bästa sätt tillgodose dessa behov.

Den enskilde äger därmed rättighet att själv bestämma över frågor som rör hans/hennes liv. Det innebär att en person har rätt att vägra att ta emot det som erbjuds, vilket måste respekteras. Många äldre sjuka har dock ett stort behov av uppmuntran, hjälp och stöd när de äter, för att så bra som möjligt täcka sitt behov av energi och näring. Balansgången mellan att respektera autonomin och samtidigt försöka bidra till ett bra kostintag kan vara svår. Det är viktigt att alltid vara lyhörd och uppmärksam, så att man inte överträder gränsen för vad den enskilde uppfattar som tvång och påtryckning.

Personer som har svårighet att äta själv ska erbjudas hjälp med stöttning eller matning. Detta måste alltid ske på den enskildes villkor, med lyhördhet och respekt för individen.

## **Ansvar**

Utgångspunkten för all kosthållning är att brukaren har ett eget ansvar. I de flesta fall där brukaren inte kan ta ansvar för hela eller delar av sin näringstillförsel har kommunen ett ansvar för att behovet tillgodoses.

### **Socialnämnd**

- Tar beslut om övergripande inriktning och policy för verksamhetens kvalitet.

### **Förvaltningschef**

- Ansvarar för att verksamheten bedrivs i överensstämmelse med de mål och riktlinjer som fastställts av socialnämnden.

### **Medicinskt ansvarig sjuksköterska (MAS)**

- Har ett övergripande ansvar för att patienterna får en säker och ändamålsenlig hälso- och sjukvård av god kvalitet inom kommunens ansvarsområde.
- Ansvarar för att nutritionsrådet sammankallas en gång per år för att följa upp och revidera nutritions policyn.

### **Patientansvarig läkare**

- Ansvarar för medicinsk bedömning, ordination och behandling. Läkaren ska ta ställning till och utreda om viktnedgång orsakas av medicinska faktorer.

### **Patientansvarig sjuksköterska**

- Har omvårdnadsansvar när det gäller brukarens näringstillstånd
- Identifierar om brukarna har problem med vikt, mat och vätskeintag.
- Ansvarar tillsammans med arbetsterapeut för att alla brukare genomgår riskbedömning enligt Senior Alert inom 1 månad efter inflytt på säbo eller inom 1 vecka på korttidsboende. Att adekvata åtgärder planeras, utförs och följs upp för att förebygga eller behandla undernäring.

- Ordinerar konsistenskoster, berikningar, avvikande kost och kosttillägg i samråd med läkare.
- Ansvarar för att relevanta uppgifter avseende vårdtagarens nutrition dokumenteras.
- Ansvarar för att enligt läkarordination genomföra nutritionsbehandling och följa upp brukarens tillstånd efter behandling.

### **Nutritionssjuksköterska**

- Deltar i nutritionsråd 1 gång per år.
- Har träff med kostombuden 1 gång per år.

### **Enhetschef ansvarar för att**

- nutritionspolicy med medföljande rutiner och riktlinjer är väl kända hos personalen och att policy tas upp i samband med introduktion av nyanställd personal.
- enhetens personal har den kompetens och de redskap som krävs för att bedriva nutritionsarbete och att kompetensutveckling sker enlighet med verksamhetens krav.
- hygienföreskrifter följs enligt de riktlinjer som tagits fram samt att egenkontroller utförs exempelvis regelbundna temperaturmätningar på maten.
- det finns kostombud på varje enhet.
- Delta i nutritionsråd en gång per år
- vid teamträffar aktualisera kost- och nutritionsfrågor.
- brukarnas måltidsmiljö är stimulerande och trivsamt.
- att rekommenderade tidpunkter hålls för de olika måltiderna.

### **Omvårdnadspersonal**

- Ansvarar för att följa framtagna rutiner och riktlinjer avseende nutritionen.
- Ska delta i riskbedömningarna enligt Senior Alert.
- Kontaktpersonen ansvarar för att vid ankomst intervjua vårdtagaren om frågor som rör kost- och måltidsvanor och att informationen finns tillgänglig i genomförandeplanen
- Observerar förändringar eller avvikande kostintag och rapporterar till berörd sjuksköterska och dokumenterar informationen.
- Ansvarar för att regelbundna viktkontroller görs enligt ordination från sjuksköterska.
- Gör egenkontroller/mätningar enligt framtagna riktlinjer (Livsmedelslagen).
- Ansvarar för att rekommenderade tidpunkter hålls för de olika måltiderna.
- Ansvarar för att den enskildes måltidsmiljö är trivsamt och att servering och uppläggning av maten sker på ett trevligt sätt.

### **Kostombud**

- Ska delta i kostutbildningar som anordnas av kommunen och själv söka information och hålla sig ajour inom området.
- Ansvarar för att kostinformation kommer ut till övrig vårdpersonal via arbetsplatsträffar.
- Ska delta vid kostråd.

### **Kostchef**

- Är verksamhetschef för tillagningskök och ansvarar därmed för att den levererade kosten uppfyller alla de ställda kvalitetskraven.
- Ansvarar för att kökspersonal har de kunskaper som krävs.
- Uppdaterar kostpärmens innehåll.
- Ansvarar för att kostråd genomförs två gånger per år samt vid behov.
- Deltar i nutritionsråd 1 gång per år.
- Ansvarar för att livsmedelshygienen tillämpas.

## **Kökspersonal inom tillagningskök**

- Ansvarar för att tillhandahålla beställd kost enligt fastställd kvalitet, t. ex. gällande matens utseende, smak och näringsinnehåll.
- Ansvarar för att livsmedelshygien tillämpas enligt system för egenkontroll (Livsmedelslagen).
- Sammankallar kostråd två gånger per år samt vid behov.

## **Arbetsterapeut**

- Samarbetar med sjukgymnast för anpassning av sittandet.
- Ger råd om lämpliga hjälpmedel som kan underlätta ätandet.
- Ger personal information och kunskap om hur olika hjälpmedel används.
- Ansvarar tillsammans med sjuksköterska för att alla brukare genomgår riskbedömning enligt Senior Alert inom 1 månad efter inflytt på säbo eller inom 1 vecka på korttidsboende. Att adekvata åtgärder planeras, utförs och följs upp för att förebygga eller behandla undernäring.

## **Samverkan och kunskapsspridning**

### **Nutritionsråd**

Syftet med denna grupp är att granska material och att följa upp och revidera policy, kostpärm och andra gällande dokument samt anordna vidareutbildning för personal. Arbetsgruppen för kvalitetsutveckling av kost och nutrition är tvärprofessionell och består av kostchef, enhetschefer för säbo, nutritionssjuksköterska och MAS.

Gruppen träffas 1 gång per år efter sammankallande från MAS.

### **Kostråd**

För att stimulera samarbete, kvalitetsutveckling och för att öka förståelsen för varandras arbetsfält i verksamheten bör det finnas kostråd. Kostrådet ska träffas minst två gånger per år samt vid behov. Hur stora områden kostrådet ska omfatta avgörs av verksamheten. I gruppen ingår förslagsvis enhetschef, sjuksköterska, nutritionssjuksköterska, kostombud, kökspersonal och kostchef. Kökspersonal sammankallar.

### **Kunskap/kompetens**

Alla, som är anställda i matkedjan, ska vara informerade om och ha tillräckliga kunskaper om vad gott nutritionsomhändertagande innebär.

Följande områden är viktigt att få kunskap om;

- Äldres näringsbehov
- Näringslära
- Måltidsmiljö och hygien
- Undernäring hos äldre, riskidentifiering, energibehov, dokumentation
- Måltidsordning, de olika kosterna, berikningsteknik
- Mat och konsistensanpassning vid ät och sväljproblem
- Kostbehandling vid diabetes, gluten- och laktosintolerans, förstoppning m.m.

Alla kostombud på kommunens särskilda boenden ska genomgå en grundläggande utbildning där ovanstående delar tas upp samt delta i "vidareutbildningar" för att hålla sig uppdaterade i området enl. utbildningsplanen i socialförvaltningen. Kostombuden ansvarar sedan för att sprida kunskapen vidare till övrig personal. På samtliga enheter ska det finnas en kostpärm. I

kostpärmen ska det finnas en förteckning över samtliga koste samt en beskrivning av dessa, beställningsrutiner, beställningslistor samt allmän information om mat och nutrition för äldre.

## **Dokumentation**

**Sjuksköterskan och arbetsterapeuten** är ansvariga för dokumentation enligt HSL.

**Enhetschefen** ansvarar för att det finns en genomförandeplan enligt SoL där brukarens individuella behov och önskemål av kost och måltidsordning dokumenteras.

**Omvårdnadspersonal** ansvarar för att genomförandeplanen enligt SoL med avseende på kost och måltidsvanor följs. Eventuella avvikelser i personens mat och vätskeintag ska dokumenteras i HSL dokumentationen och rapporteras till sjuksköterskan.





## MÅLTIDSCHECKLISTA – I MATGLÄDJENS NAMN

Måltider är efterlängtrade och trevliga stunder, om de stimulerar till matlust och glädje. Det finns alla förutsättningar för njutbara matupplevelser, ändå kan vi bli bättre. Varje måltid är en helhetsupplevelse: varje detalj kring måltiden behöver vår uppmärksamhet, för att skapa en bra helhet. När några små förbättringar samverkar, blir det gärna bra. En kedja är inte bättre än sin svagaste länk.



### MENY

Presentera dagens meny tydligt t ex på en whiteboardtavla, lämpligt placerad för de boende.

### LJUD

Stäng av teven och radion, Undvik arbetsprat och buller i samband med måltiden, diska med andra ord efter det att måltiden är avslutad.



### DUKA

Duka aldrig tidigare än 30 minuter före måltiden. Inför lunch, middag och Kvällsmål, duka med duk eller bordstabled, låg bordsdekoration efter årstid, salt- och pepparkar, måltidsdryck, servetter, glas och bestick. Tänk på att måltidsmiljön ska vara så hemlik som möjligt. Ta bort vissna blommor. Uppmärksamma helger, högtider och festligheter.

### SERVERA

Ta undan kantiner och värmevagnar, de ska inte synas under måltiden, utan är endast till för frakt av maten. De personer som arbetar med maten ska ha ett rent förkläde, tvättade händer och helst uppsatt hår, om det är långt.



### MÅLTID

En ibland två personer ansvarar för att organisera maten. Övrig personal ser till att de boende får den hjälp de behöver vid bordet, t. ex. berättar vad som serveras i dag och frågar vad man vill dricka m.m. Uppmuntra eller stimulera till goda samtal vid bordet. Sträva efter att duka av mattallrikar och karotter när alla har ätit färdigt, servera därefter dessert. Servera kaffe efter avslutad måltid om önskemål om kaffe finns. Stimulera de som kan och vill, att ta själva.



### DUKA AV

Duka av bordet efter varje måltid så att det går att använda till annat, t ex pussla, spela kort och läsa.

### KAFFESTUND

Personalen dricker kaffe tillsammans med de som bor på enheten

# MÅLTIDSCHECKLISTA

Dagens mat är presenterad på whiteboardtavla

Bordet är dukat (dagsst 30 min innan maten)	<input checked="" type="checkbox"/>	
Allt som står på bordet tillhör kommande måltid	<input type="checkbox"/>	HALVTIMMEN
Duk eller bordsvärt samt servetter	<input checked="" type="checkbox"/>	INNAN
Låg fräsch bordsdekoration efter årstid	<input type="checkbox"/>	MATEN
Salt och pepparkärl	<input checked="" type="checkbox"/>	
Glas och bestick (kollat att allt är rent)	<input type="checkbox"/>	
De som arbetar med maten har rent förkläde, rena händer och uppsatt hår	<input checked="" type="checkbox"/>	NÄR
Kantiner och värmevagnar är undanställda	<input type="checkbox"/>	MATEN
TV:n och radion är avstängd	<input checked="" type="checkbox"/>	LEVERERAS
Inget arbetsprat, buller eller oljud hörs, disk väntar tills efter måltiden avslutats	<input type="checkbox"/>	
En eller två personer organiserar maten	<input checked="" type="checkbox"/>	
Övrig personal hjälper de boende vid bordet	<input type="checkbox"/>	
Måltiden presenteras muntligen	<input checked="" type="checkbox"/>	
Boende tillfrågas om önskemål, t ex vad de vill ha att dricka	<input type="checkbox"/>	UNDER
Personalen stimulerar och uppmuntrar till goda samtal förs vid bordet	<input checked="" type="checkbox"/>	MÅLTIDEN
Mattallrikar och karotter dukas av efter		
Det att alla ätit färdigt (om möjligt)	<input type="checkbox"/>	
Dessert dukas fram efter att föregående rätt är avdukad	<input checked="" type="checkbox"/>	
Kaffet serveras i separat kaffehörna eller vid matbordet	<input type="checkbox"/>	
De boende stimuleras att ta själva (om de vill)	<input checked="" type="checkbox"/>	EFTER
Bordet är avdukat så att det kan användas till annan aktivitet	<input type="checkbox"/>	MÅLTIDEN
Kantiner är diskade	<input checked="" type="checkbox"/>	