

God matomsorg

Retningslinjer for matomsorgen ved Ørnes sykehjem

2019

RAUS OG
KRAFTFULL

God matomsorg

Prosjekt bedre matomsorg

Ørnes sykehjem fikk tildelt kr 25 000 i midler i 2015 fra Utviklingssenter for sykehjem Nordland til prosjektet Bedre matomsorg.

Mål for prosjektet:

- økt ernæringskompetanse hos ansatte
- bedre rutiner for informasjonsflyt og samarbeid om mat og ernæring

Delmål:

- Ansatte ved Ørnes sykehjem får økt kompetanse om måltidenes betydning for beboernes helse og trivsel.
- Vi utarbeider retningslinjer for måltidene ved sykehjemmet.
- Vi etablerer gode melderutiner mellom avdelingene og kjøkkenet.

Resultater:

- ernæringskontakter på alle avdelingene
- fagdager for ernæringskontakter og ledere
- verktøyet Mini Nutritional Assessment (MNA) er valgt til screening av ernæringsstatus
- utviklet prekodet kostregistreringsskjema
- beboere i ernæringsmessig risiko får ernæringsplan
- fagdager for alle ansatte
- bedre melderutiner mellom avdelingene og kjøkkenet
- retningslinjer for matomsorgen ved sykehjemmet (denne brosjyren)
- erfaringene fra prosjektet har fått nasjonal oppmerksomhet og er delt på fagdager og konferanser

Kontroll av ernæringsstatus

Mål

Disse rutinene skal avdekke beboere med underernæring eller i ernæringsmessig risiko og gi dem målrettet ernæringsbehandling.

Hovedansvar: Fagledere har ansvar for at rutinene er kjent for personalet. Primærkontakt har ansvar for at rutinene følges.

Virksomhetsleder har ansvar for å sikre at de ansatte har tilstrekkelig kompetanse.

Rutinebeskrivelse

Rutinebeskrivelse nye beboer (innen 2 uker):

1. Kostregistrering over 3 dager på prekodet skjema.
2. Kartlegge ernæringsstatus ved hjelp av MNA.
3. Beboere som ikke er underernært eller i risiko, kartlegges på nytt ved årskontroll eller ved endring i sykdomstilstand. Vekt tas minst en gang per måned.
4. Beboere som er underernært eller i ernæringsmessig risiko, skal ha målrettede ernæringstiltak.

Primærkontakt har hovedansvar for tiltak til underernærte og beboere i risiko:

1. Informer beboer og nærmeste pårørende om resultatet og at det iverksettes ernæringstiltak.
2. Beboerne veies minst to ganger per måned. Vekt dokumenteres i pasientjournalssystemet Gericca.

3. Beboer får ernæringsplan med målrettede tiltak. Primærkontakt/- sykepleier har ansvaret for planen og sørger for kopi til kjøkkenet.
4. Ny kartlegging ved hjelp av MNA etter tre måneder.

Dokumentasjon:

MNA-skjema, prekodet kostregistrering og ernæringsplan skal dokumenteres i Gericapasientjournalssystem.

Måltidene i sykehjemmet

Mål:

Disse rutineene skal sikre at beboerne får individuell tilrettelegging og en positiv måltidsopplevelse.

Spisemiljø:

- Bordene dekkes pent, gjerne med forskjell mellom hverdag og helg, høytider og årstid.
- Beboerne kan med fordel ha faste plasser, og hvis mulig gjerne ha bordkort.



Menyen

- Menyen består hovedsakelig av norsk tradisjonsmat og tilberedes etter kok-servér prinsippet. Menyen planlegges etter årstid, høytid og merkedager.
- Ukesmeny henges opp i avdelingene hver mandag.
- Vi har som mål at hele menyen skal bli energi- og næringsberegnet.
- Maten er energi- og næringstett.
- Kjøkkenet har informasjon om hva beboeren ikke liker.
- Spesielle ønsker fra beboerne vil bli oppfylt så langt det lar seg gjøre.
- Underernærte beboere eller i ernæringsmessig risiko samt svært syke pasienter kan ønske fritt.
- Høytider og bursdager markeres med bløtkaker eller festkaker.
- Alle som har spesielle behov får tilrettelagt kost.

Måltidene:

Personalet spiser vanligvis ikke sammen med beboerne. Unntak kan gjøres som en del av behandlingen. Fortrinnsvis inntas egen matpakke.

Tidspunkt for hovedmåltider:

- | | |
|------------------------------|---------------|
| ▪ frokost | fra kl. 08.30 |
| ▪ lett lunsj/formiddagskaffe | fra kl. 11.30 |
| ▪ middag | fra kl. 15.30 |
| ▪ ettermiddagskaffe | fra kl. 17.30 |
| ▪ kveldsmat | fra kl. 20.30 |



Tiltak for å redusere nattfaste

Det serveres tidlig frokost og sen kveldsmat. Dette er et lite måltid og/eller drikke som serveres til beboere som er henholdsvis våken tidlig og oppe sent. Det tilbys også litt mat og/eller drikke til beboere som våkner i løpet av natta.

Forslag til mat og drikke for å redusere nattfaste:

Kjeks/brød med pålegg, E+ kremet måltid, havresaft, E+ drikke, frukt og yoghurt/Biola med eventuelt olje.

Serveringsrutiner:

- Varme retter serveres på varm tallerken.
- Kjøkkenpersonalet bistår i middagsservering.
- Måltidsporsjonene tilpasses beboerens behov. Servér flere små porsjoner til underernærte og småspiste beboere.
- Medisinering - det bør tilstrebes at medikamenter ikke gis under måltidet.
- Hver avdeling har egen detaljert beskrivelse av måltidsrutiner som henger på avdelingskjøkkenet.

Pårørende og andre besøkende:

- Pårørende og andre besøkende kan kjøpe mat fra kjøkkenet. Prisliste henger som oppslag på avdelingen. Kjøp av mat bestilles ved å kontakte personalet – helst dagen i forveien.
- Besøkende kan ta med «kaffegodt» hjemmefra. Vi ordner kaffe.



Ernæringskontaktene - rutinebeskrivelser

Melderutiner kjøkken og avdeling:

- Ernæringskontaktene sørger for å ta opp ernæring som tema på rapportene.

Ernæringskontaktene har hovedansvaret for å melde endringer til kjøkkenet. Ernæringskontakt og kjøkkenleder gjennomfører ukentlige ernæringsrapportmøter. I kontakt med kjøkkenet skal det oppgis navn, ikke romnummer. Dette er viktig for rett kost til riktig person. Ernæringskontaktene informerer kjøkkenet om tilrettelagt kost/spesialkost.

Kompetanse

Ørnes sykehjem skal tilby faglig påfyll minst en gang i året for hele personalet eller utvalgte ansatte. Kjøkkenleder Kirsti Strømhaug og folkehelserådgiver Marlene B. Karlsen (klinisk ernæringsfysiolog) kan bistå med faglig veiledning.

Ørnes sykehjem er av Forbrukerrådet blitt trukket frem som et godt eksempel i forhold til sin matomsorg. Det gode arbeidet er også tatt med i Stortingsmelding Leve hele livet. Dette er vi veldig stolt av.

Se lenke til film og rapport: meloy.kommune.no/innhold/helse-omsorg-og-velferd/sykehjem/#heading-h2-2



