



Bättre måltider för kortare vårdtider

Nationella riktlinjer för måltider på sjukhus

Ulrika Backlund

Nationellt kompetenscentrum för måltider i vård, skola och omsorg



Nationellt kompetenscentrum för måltider i vård, skola och omsorg



Riktlinjer för offentliga måltider



2020



2016



2018



2018

Vad är problemet?

- Nära hälften av alla som vårdas på sjukhus idag är undernärda eller riskerar undernäring under sin sjukhusvistelse
- Sjukdom leder ofta till sämre aptit, samtidigt som behovet av energi och näring ökar
- Många patienter över 65 år = ökad risk för undernäring
- Bra koll på matsvinn men mindre koll på mat- och energiintag
- **Mat finns inte alltid tillgängligt när patienten är hungrig**
- Undernäring = längre vårdvistelser och högre vårdkostnader
- \$ Undernäring \geq Övervikt och fetma



Sjukhusmåltider i teori och praktik

- ✓ Ett brett aptitretande utbud av maträtter
- ✓ Möjlighet att välja själv och äta på flexibla tider – i en trivsamt måltidsmiljö
- ✓ Värdskap + stöd och rådgivning kring måltiderna
- ☐ **Brister:** tydliga ansvarsområden & samverkan mellan personalgrupper

Table 2.1: 'Food First' Approaches

'Food First'
<ul style="list-style-type: none"> Using high energy and high protein food consumed (e.g. cheese, full fat milk, butter) Small, frequent meals consisting of nutritious ingredients High energy and high protein snacks between meals Nourishing fluids should be maximised Aim to overcome barriers to oral intake (environmental and social problems) Consideration should be given to micro-nutrient supplementation

Using the above techniques can improve nutrition support is avoided.

Those identified as at high risk of malnutrition should be referred for specialist advice. dietitian reviews him/her and has first-line condition, their dietary needs and an optimal strategy for treating malnutrition. nutritional supplements (ONS) should be used if food consumption can be the result of the loss of appetite and the subsequent

Betydelsen av måltidernas utformning och organisation på sjukhus

Litteraturoversikt som underlag till Livsmedelsverkets riktlinjer för måltider på sjukhus



Diets, Patient Groups and Menu Coding

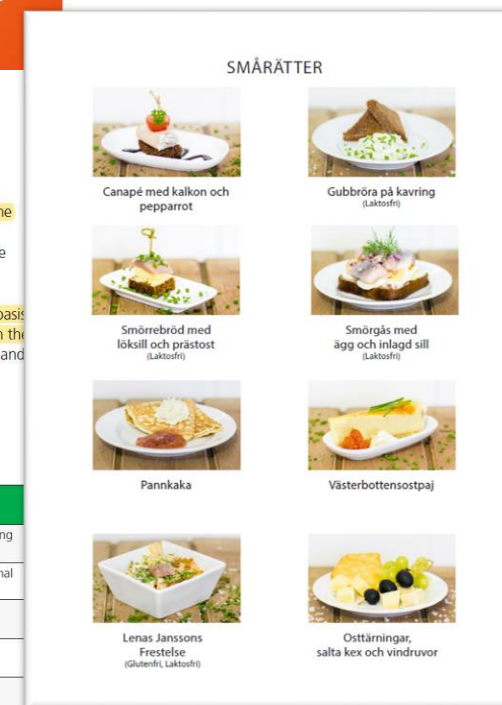
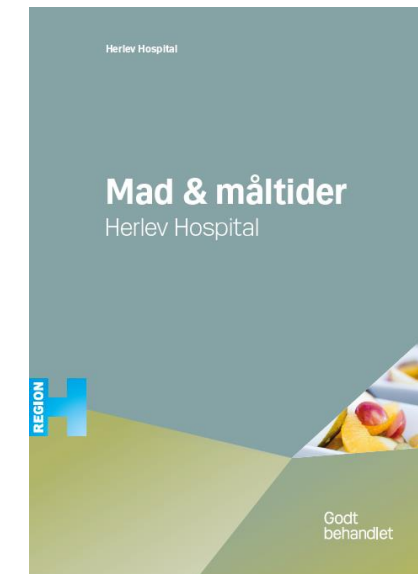
Food and Beverage Dietary Descriptors

Teams should work together to devise a standard menu to meet the nutritional needs of the majority of the population. Other menus for complementary diets and for specific patient groups can usually be met by an à la carte menu or a cyclical menu and should be available where possible.

Hospital food should support the health of all patients. Eating for health should form the basis of the standard menu. Hospital menus should have the capacity to meet the needs of both the nutritionally well and nutritionally vulnerable (sufficient food in sufficient amounts, Health and Social Care Act 2008 (Regulated Activities) Regulations 2014).

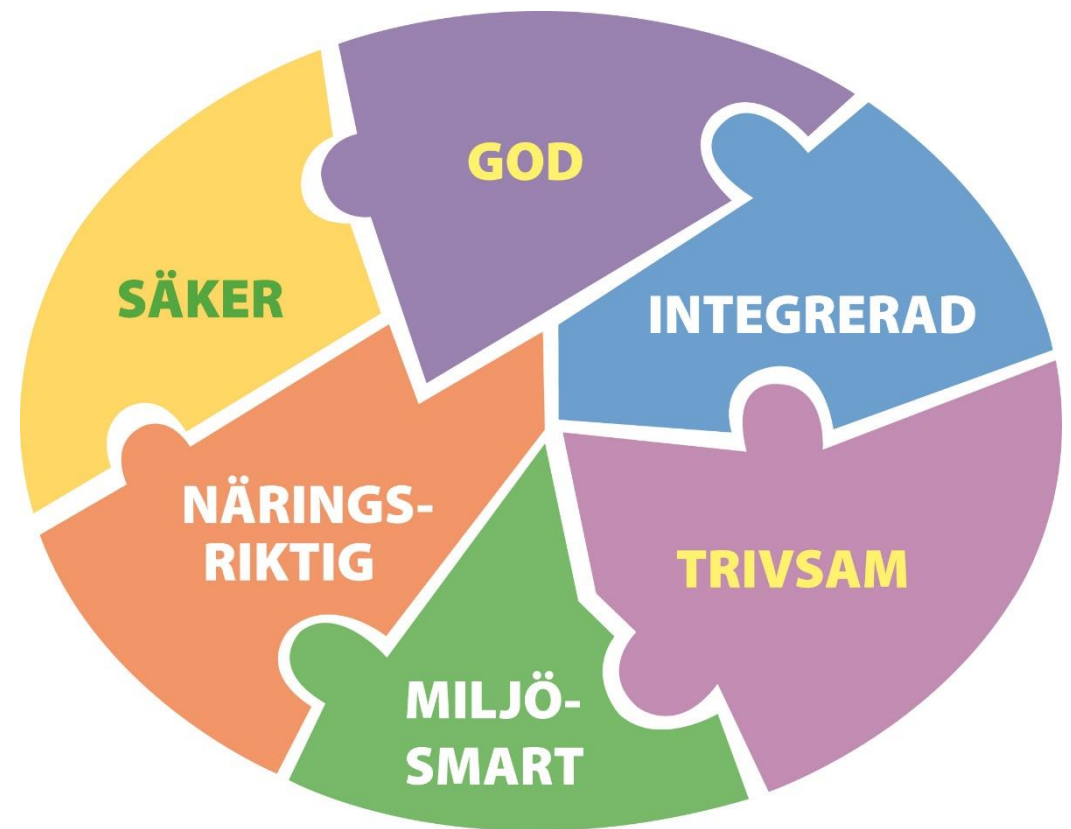
Table 11.1: Food and Beverage Dietary Descriptors

Type of Diet	Description
1. Standard Diets	Meet the nutritional needs of the majority of the population spanning nutritionally vulnerable to nutritionally well
2. Religious, Cultural, Personal and Lifestyle Considerations	Cultural or religious including vegan and meeting reasonable personal preferences
3. Therapeutic Diets	Modifications as a prescribed part of the treatment of a medical condition e.g. renal, liver, texture modified, neutropenic
4. Specific Patient Groups	Nutritional requirements will vary from the standards specified e.g. children, mental health, dementia
5. Test or Investigation Diets	Temporary diets



Vad är nytt i riktlinjerna för måltider på sjukhus?

- Dygnets alla måltider
- Lyfter måltidernas roll för vård och omvårdnad
- Stort fokus på individens behov och önskemål
- Samverkan måltids-, service-, och vårdpersonal
- Flexibilitet
- Utökat stöd kring sjukhusets hela måltidsutbud



Riktlinjer för måltider på sjukhus

– utifrån Måltidsmodellen



INTEGRERAD

RIKTLINJER FÖR INTEGRERADE MÅLTIDER

- Maten och måltidernas roll i vården finns tydligt beskrivna i sjukhusets styrdokument.
- Hälso- och sjukvårdspersonal har i uppdrag att använda måltiderna som en del av vården och i det hälsofrämjande och förebyggande arbetet.
- Tvärprofessionella team säkerställer ett sammanhållet nutritionsomhändertagande och tydlig ansvarsfördelning.
- Patienterna bedöms vid inskrivning för att upptäcka risk för undernäring eller andra särskilda behov kring måltiderna.
- Patienten har möjlighet att vara delaktig i planering och beslut kring måltiderna.
- Det finns samverkansforum för utveckling och uppföljning av måltidernas kvalitet.



NÄRINGS-RIKTIG

RIKTLINJER FÖR NÄRINGSRIKTIGA MÅLTIDER

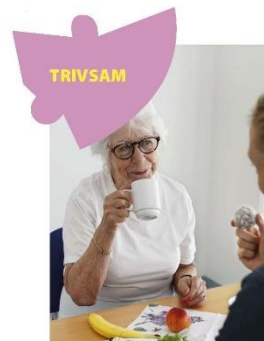
- Sjukhusets måltider tillgodoser patienternas energi-, närings-, och vätskebehov över dygnet.
- Det finns rutiner för dygnets alla måltider och ett utbud av rätter finns tillgängliga dygnet runt.
 - Näringsmässigt stabila patienter erbjuds minst fem måltider per dag.
- Näringsmässigt sårbara patienter erbjuds ytterligare små energi- och proteintäta måltider.
- Måltidsutbud och beställningssystem möjliggör flexibilitet, valfrihet och individanpassning vad gäller smak, portionsstorlek och tid för servering.
- Måltiden används på ett pedagogiskt sätt för att inspirera till hälsosamma matvanor.
- Måltiderna följs upp och utvärderas, både på individ- och gruppnivå.



GOD

RIKTLINJER FÖR GODA MÅLTIDER

- Måltiderna utgår från individens vanor, önskemål och behov.
- Måltiderna lockar sinnen med färg, form, doft och smak.
- Måltiderna presenteras och serveras på ett tilltalande sätt.
- Patienten har möjlighet att välja bland ett utbud av rätter, smårätter, tillbehör och måltidsdrycker.
- Sjukhusköket har kompetent och engagerad personal med utrymme för kreativitet.



TRIVSAM

RIKTLINJER FÖR TRIVSAMMA MÅLTIDER

- Patienten blir trevligt bemött av vård-, service- och måltidspersonal och får måltiderna presenterade på ett tilltalande sätt.
- Patienten har möjlighet att påverka var, när och hur måltiderna serveras. Närtstående ges möjlighet att äta på vårdavdelningen.
- Det finns tillräckligt med tid för måltiden, både för patient och för vårdpersonal.
- Måltiden är fredad från andra vårdrelaterade uppgifter.
- Måltidsmiljön är anpassad för individen, exempelvis finns möjlighet till god sittställning och tillgång till hjälpmedel.
- Måltidsmiljön är trivsamt vad gäller exempelvis belysning, dukning och dekoration.



MILJÖ-SMART

RIKTLINJER FÖR MILJÖSMARTA MÅLTIDER

- Konsumtionen av hållbart producerade livsmedel från växtriket ökas – lagringsdugliga grova grönsaker, baljväxter, frukt, bär och spannmålsprodukter. Välj känsliga sorter efter säsong i närområdet.
- Andelen kött begränsas och ersätts med andra proteinrika livsmedel, helst vegetabiliska, som producerats på ett hållbart sätt.
- Animaliska livsmedel som köps in väljs med hänsyn till miljö och djurskydd.
- Matsvinnet i kök, vid servering och från tallriker minimeras.

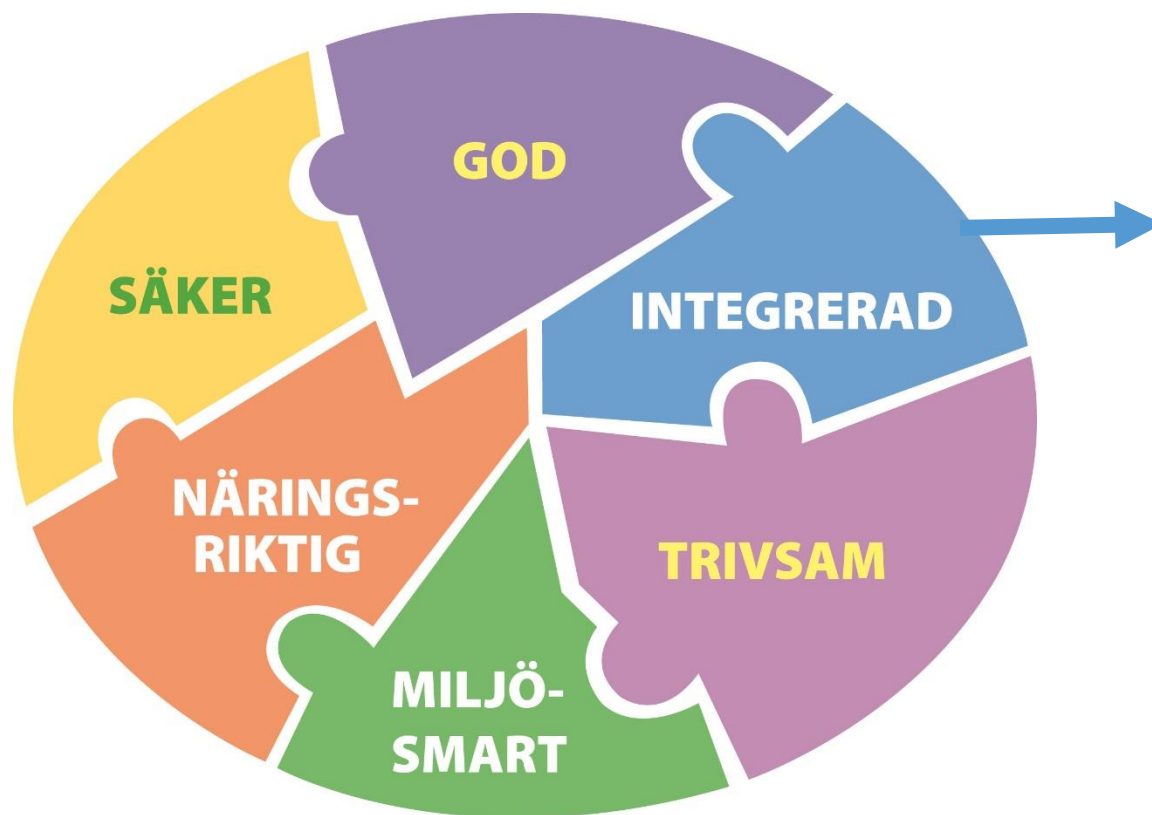


SÄKER

RIKTLINJER FÖR SÄKRA MÅLTIDER

- All personal som hanterar livsmedel har relevant kunskap om livsmedelssäkerhet.
- Det finns rutiner som säkerställer att maten är säker och att patienten serveras rätt mat.
- Patienter ges möjlighet att tvätta händerna före måltiden.
- Kall mat förvaras kallt, högst +4 °C, och varm mat förvaras tillräckligt varmt, minst +60 °C.
- Konsistensanpassad mat hanteras med särskilt noggrann hygien.
- Personal som hanterar måltider kan ge information om måltidernas innehåll.

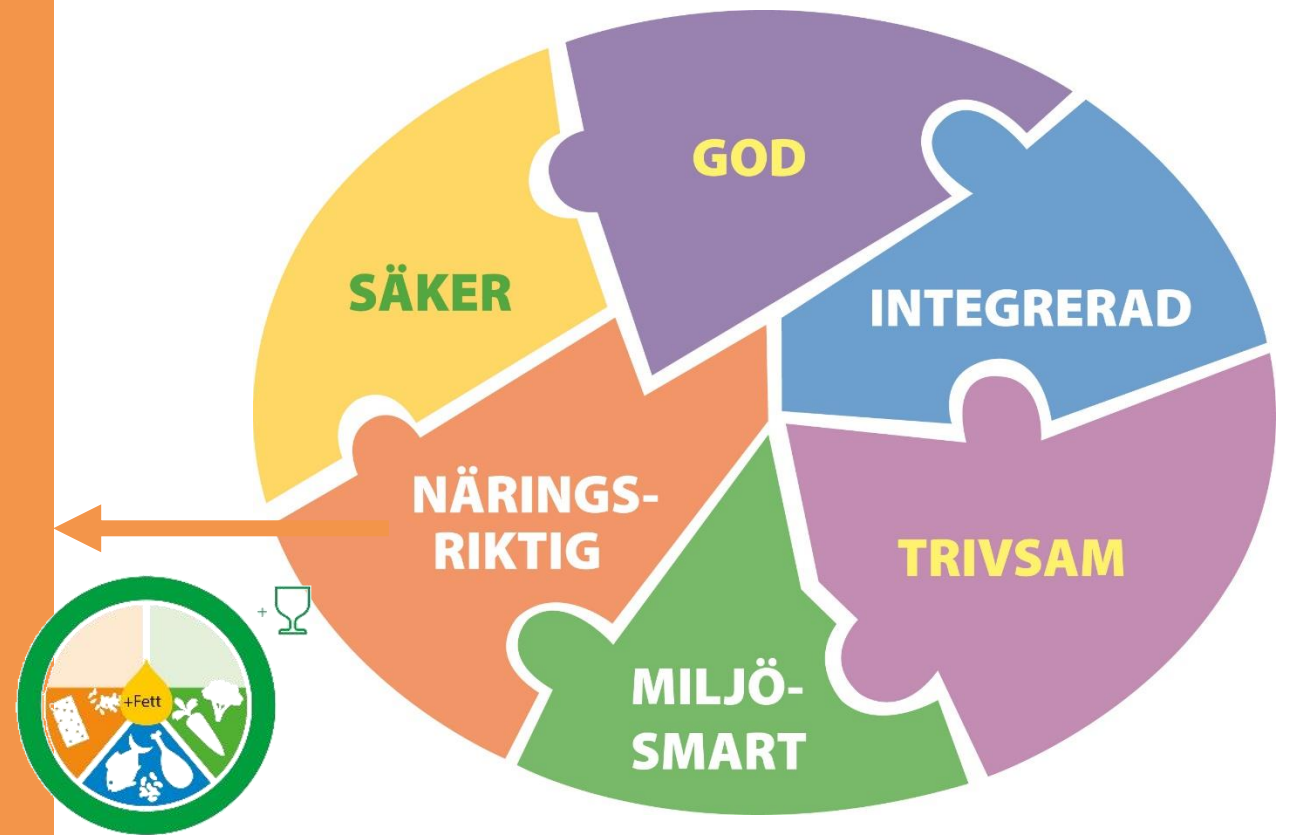
Riktlinjer för Integrerade måltider



- Maten och måltidernas roll i vården finns tydligt beskrivna i sjukhusets styrdokument.
- Hälsa- och sjukvårdspersonal har i uppdrag att använda måltiderna som en del av vården och i det hälsofrämjande och förebyggande arbetet.
- Tvärprofessionella team säkerställer ett sammanhållet nutritionsomhändertagande och tydlig ansvarsfördelning.
- Patienterna bedöms vid inskrivning för att upptäcka risk för undernäring eller andra särskilda behov kring måltiderna.
- Patienten har möjlighet att vara delaktig i planering och beslut kring måltiderna.
- Det finns samverkansforum för utveckling och uppföljning av måltidernas kvalitet.

Riktlinjer för Näringsriktiga måltider

- Sjukhusets måltider tillgodoser patienternas energi-, närings-, och vätskebehov över dygnet.
- Det finns rutiner för dygnets alla måltider och ett utbud av rätter finns tillgängliga dygnet runt.
- Näringsmässigt stabila patienter erbjuds minst fem måltider per dag.
- Näringsmässigt sårbara patienter erbjuds ytterligare små energi- och proteintäta måltider.
- Måltidsutbud och beställningssystem möjliggör flexibilitet, valfrihet och individanpassning vad gäller smak, portionsstorlek och tid för servering.
- Måltiden används på ett pedagogiskt sätt för att inspirera till hälsosamma matvanor.
- Måltiderna följs upp och utvärderas, både på individ- och gruppnivå.



Det är viktigare att maten är god och lockar aptiten än att den exakt uppfyller näringsrekommendationerna.

Personcentrerad vård

- Partnerskap mellan vården och individen.
- Individen i centrum framför sjukdom, symtom eller tecken på ohälsa.
- Hänsyn tas till behov, vanor och preferenser tillsammans med professionell bedömning.
- GPCC – Centrum för personcentrerad vård

Personcentrerad vård är en kärnkompetens!



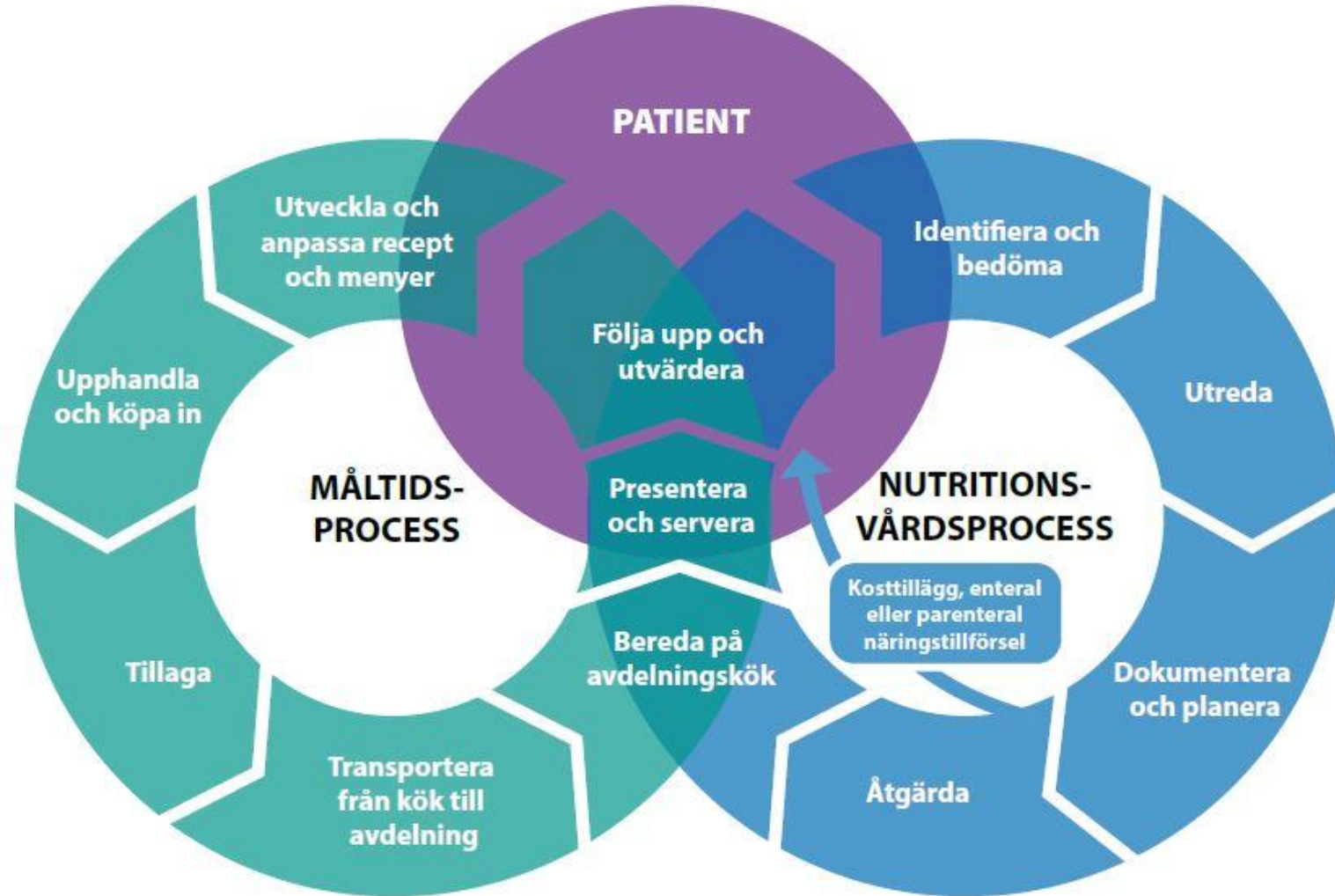
Personcentrerad vård
– en kärnkompetens
för god och säker vård

Individanpassade måltider på sjukhus

- Ett personcentrerat förhållnings- och arbetssätt kring måltiderna innebär:
- Berörda professioner samverkar
- Patientens delaktighet
- Utgår från individens behov och önskemål
- Flexibilitet i verksamheten



Samverkan som grund för nutritionsomhändertagandet



Måltiderna som basen

”Grunden för all nutritionsbehandling är bra måltider, men dessa kan behöva kompletteras med ytterligare insatser vid specifika sjukdomstillstånd, som undernäring.”

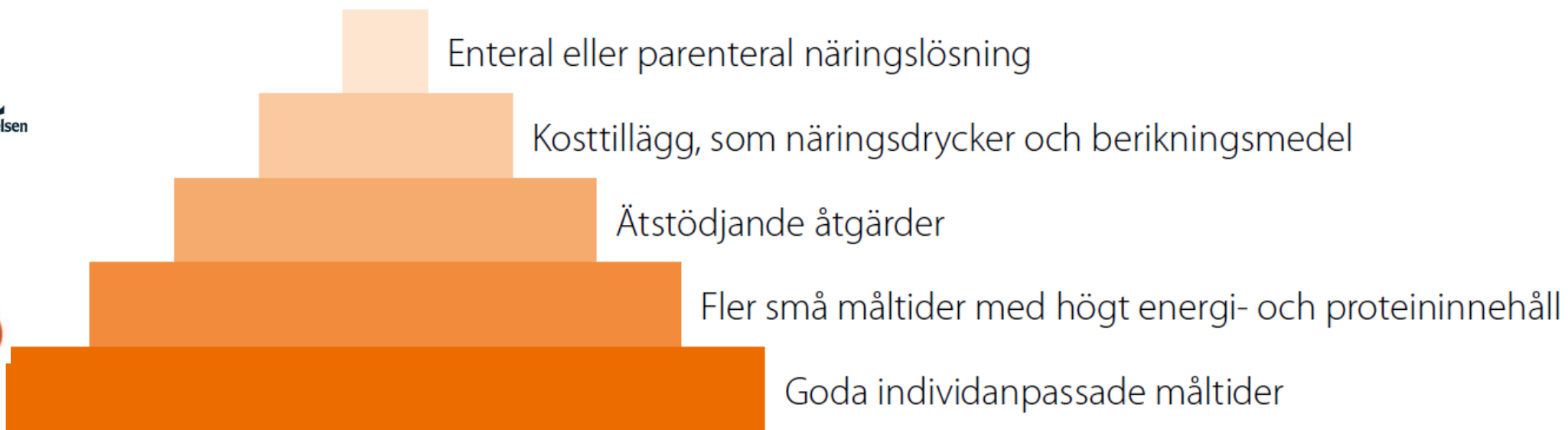
Klinisk nutrition



Socialstyrelsen



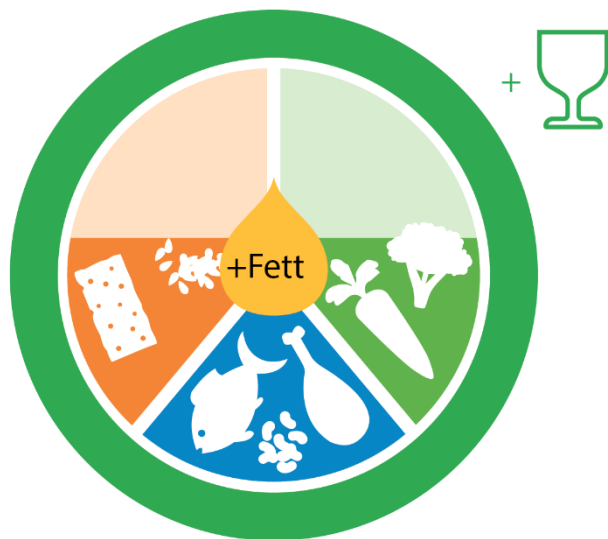
Måltidskvalitet



Verktygslådan



Från kost till måltid
Måltidsordning



Från tabeller till modeller
Tallriksmodellen för nedsatt
aptit och NNR som grund



Från detaljer till helhet
Större fokus på helheten – en
laginsats

Att menyplanera i praktiken

Grundläggande måltidsutbud



- **Näringsmässigt stabila patienter**
- **Referensvärden NNR**
- **Frukost, lunch, middag + 2-3 mellanmål**
- **Hel eller halv portion**

Förstärkt måltidsutbud



- **Näringsmässigt sårbara patienter**
- **Fler små energi- och näringstäta måltider**
- **Minst 6-8 måltider**
- **Fokus energi & protein**

Sjukhusmåltider för hållbar utveckling!



5 Strategier för att lyckas

- Tydliggör ansvar och möjliggör samarbete över organisationsgränserna
- Sätt mål och följ upp resultaten
- Säkerställ medarbetarnas kunskap och kompetens
- Erbjud måltider anpassade till individuella behov
- Se till helhetsperspektivet på måltiden – använd Måltidsmodellen



Kontakt

Ulrika Backlund

Ulrika.backlund@slv.se

Nationellt kompetenscentrum för måltider i vård,
skola och omsorg

Avdelningen för Hållbara matvanor

Webb www.livsmedelsverket.se/maltider

Blogg maltidsbloggen.se



The screenshot shows the Livsmedelsverket website. The top navigation bar includes 'Livsmedelsverket', a search bar, and a search button. Below the navigation bar, there are several menu items: 'Matvanor, hälsa & miljö', 'Livsmedel & innehåll', 'Produktion, handel & kontroll', and 'Om oss'. The main content area features a sidebar with a list of categories: 'Kostråd och matvanor', 'Sjukdomar, allergier och hälsa', 'Dieter och viktninggång', 'Måltider i vård, skola och omsorg' (highlighted), 'Kontakta kompetenscentrum', 'Presentationer', 'Om offentliga måltider', 'Skola', 'Förskola', 'Äldreomsorg', 'Sjukhus', 'Gruppbostad, LSS', and 'Miljö'. The main content area is titled 'Måltider i vård, skola och omsorg' and includes a sub-header 'English Svenska'. Below the sub-header is a large image of a diverse group of people, including a young girl, a boy, an elderly woman, a young boy, and a man, all sitting at a table and eating. To the right of the image is a text block: 'Ta vara på måltidens möjligheter! Varje dag serveras cirka tre miljoner måltider i vård, skola och omsorg. De offentliga måltiderna är ett guldägg som kan ge avtryck på stämningen och bidra till att höja kvaliteten inom hela verksamheten. Låt måltiden bli en höjdpunkt att se fram emot.'



The screenshot shows the Livsmedelsverket website's 'Måltidsbloggen' page. The top navigation bar includes 'Livsmedelsverket' and a search bar. The main content area features a large image of the same diverse group of people from the previous screenshot, all sitting at a table and eating. Below the image is a text block: 'Om måltidsbloggen Måltidsbloggen drivs av Livsmedelsverkets nationella kompetenscentrum för måltider i vård, skola och omsorg. Kompetenscentrum arbetar för fortsatt utveckling av de offentliga måltiderna genom att stötja, samordna och sprida den kraft och kunskap som finns ute i landet. Målet är att alla matgäster i vård, skola och omsorg ska känna