

Ansvarsbeskrivning

Mål	Vem utför	Ansvarig
All personal ska ha kännedom om kostpolicyn		Enhetschef
Kostpolicyn revideras vid behov	Kostgruppen	Kostgruppen
Kostombuden ska erbjudas kompetensutveckling en gång/år	Kostgruppen	Kostgruppen
De boende har inflytande och kan påverka valet av maten som serveras	Vård- och omsorgspersonal Kostenheten	Enhetschef Kostchef
De boende ska uppleva en tillfredsställande måltidsmiljö	Vård- och omsorgspersonal	Enhetschef
Förebygga undernäring	Vård- och omsorgspersonal	Enhetschef ansvarar för att nattfastan inte överstiger 11 timmar och för att rekommenderad måltidsordning följs.
Ättsvårigheter	Upptäcks av vård- och omsorgspersonal	Distriktssköterska upprättar en individuell vårdplan med status, mål, åtgärder och regelbunden utvärdering
Kosträff på alla särskilda boenden och gruppboendestäder	Kostombuden, enhetschef och distriktssköterska	Enhetschef

Maj månad 2005. Reviderad november 2009. Omslagsbild: Tina Schedvin



Kostpolicy och handlingsplan

Kostpolicy och handlingsplan

Inledning

Kostpolicyn syftar till att alla som bor på våra olika boenden ska erbjudas god och näringsrik mat. Kostpolicyn syftar också till att förebygga undernäring.

Boken ”Mat och näring för sjuka inom vård och omsorg” (Livsmedelsverket) ligger till grund för handlingsplanen/policyn.

Ett gott näringstillstånd är en förutsättning för god hälsa. Maten är viktig för välbefinnandet vare sig man är frisk eller sjuk. Mat är inte bara något vi måste ha för att överleva. Mat och måltider är också gemenskap, umgänge, omtanke och njutning för både öga och gom.

Denna kostpolicy ska finnas på varje boendenhet vid särskilt boende och vid varje gruppboende i Simrishamns kommun. Den ska fungera som riktlinje vid olika frågeställningar. Den ska också kunna användas av dem som dagligen arbetar med mat för äldre och de som ansvarar för den dagliga omsorgen.

De senaste åren har undernäring inom äldreomsorgen debatterats livligt. Det kan vara många faktorer som bidrar till undernäring, inte alltid ett för litet matintag.

Energibehovet kan öka till följd av vissa sjukdomar och därför bidra till undernäring. Lusten att äta kan också avta till följd av olika sjukdomar och medicinering.

Matens betydelse

Maten är en glädjekälla för de flesta och en förutsättning för välbefinnande och god livskvalitet.

En fullvärdig kost är en förutsättning för god hälsa.

God vällagad mat, serverad vid rätt tidpunkt och i lagom mängd i trevlig miljö är positiva upplevelser som för många tas för självklara.

Personalen på särskilda boendet/gruppboendet har en viktig funktion som marknadsförare av maten vid måltiderna.

Aptit är ett vidare begrepp än hunger. Aptiten stimuleras av våra sinnen och kan därför ibland stimuleras ytterligare genom positiva hörsel-, syn och doftintryck.

Kostabonnemang

I det s.k. kostabonnemanget ingår frukost, middag, eftermiddagskaffe, kvällsmål samt kvällskaffe.

Varje lägenhet är utrustad med kylskåp, där sådant man önskar förtära som mellanmål och som man själv inhandlar, kan förvaras.

Inom LSS verksamheten och på Rosenborg finns inget kostabonnemang.

Måltiderna och måltidsplanering

Kostombud finns på alla särskilda boenden och gruppboendestäder inom Simrishamns kommun.

Frukost, kvällsmat och mellanmål lagas på de särskilda boendena av personalen på boendeenheterna. Personalen ska iaktta de regler som gäller beträffande livsmedelshygien. Huvudmålet tillagas i äldreomsorgens gemensamma kök.

Frukosten och kvällsmaten ska planeras utifrån huvudmålet och ska vara planerad för att på ett bra sätt täcka behovet av näring.

Allt vårt arbete bygger på att de boende har inflytande och kan påverka valet av maten som lagas på enheten.

Det är viktigt att måltiden är anpassad till de boende både vad gäller val av maträtt och dess konsistens.

Vi använder inte lättprodukter generellt. Individuella önskemål/behov ska dokumenteras i genomförandeplanen.

På de särskilda boendena och gruppboendena i Simrishamns kommun ska tiden mellan kvällsmål och frukost inte vara för lång högst 11 timmar. Ett sent mellanmål bjuds till den som önskar.

För den som ligger länge på morgonen kan frukost serveras på sängen, just för att tiden mellan frukost och middag inte ska bli för kort. En lättfrukost bestående av t.ex. välling eller yoghurt kan serveras till morgonmedicinen.

Det är också viktigt att den boendes behov av dryck tillgodoses. I kontaktmannens ansvar ligger att tillse att dryck finns hos den boende.

Måltidsmiljön

För många utgör måltiderna ett viktigt avbrott och möjlighet till social kontakt under dagen.

- Vi ska duka trevligt och servera snyggt och prydligt från fat och karotter. Det är självklart att den som själv kan servera sig mat ska ha möjlighet till detta.

- Störande ljud ska undvikas
- För att bidra till en trivsamt måltid sitter personal med vid måltiden. Det är tillåtet att ta en smakportion i pedagogiskt och trivselfrämjande syfte.
- Varje boende ska erbjudas rätten att själv välja, om man vill äta tillsammans med andra i gemensam matsal eller om man vill äta enskilt i sin lägenhet.

Undernäring hos äldre

Undernäring är nästan alltid förknippad med en sjukdom. En normal viktnedgång hos äldre personer kan vara en viktminskning om 0,5 kg per år.

Undernäring beror på flera olika saker och måste angripas och uppmärksammas på olika sätt.

Det tar mycket längre tid att vända en viktförlust hos en gammal person jämfört med en ung. Förebyggande eller tidiga insatser har bättre förutsättningar att ge effekt.

En förebyggande insats är, att kontrollera vikten några gånger varje år. Det underlättar bedömningen vid misstanke om undernäring.

Vid misstanke om risk för undernäring ska

- Distriktssköterska kontaktas för en bedömning av
- BMI, viktförlust och aktuella ätproblem.
- En individuell vårdplan upprättas för den boende tillsammans med distriktssköterska.
- Vårdplanen utvärderas med jämna mellanrum
- Dokumentation om vad vi gör och inte gör är obligatorisk.
- Näringsdryck ska alltid vara ordinerad av distriktssköterska.
- Dietkost ska vara ordinerad av läkare.

För personer som bor i särskilt boende ingår näringstillskott, kosttillskott och förtjockningsmedel och sondnäring efter behov i abonnemanget för helkost.

För personer som bor i trygghetsboende eller i gruppboende där måltidsabonnemang inte ingår, gäller samma regler som för personer som bor i ordinärt boende.