



Små grep bedrer eldreomsorgen

Resultater fra nesten tre år med «Appetitt på livet»

Fagdirektør Anne Kristin Vie

Våre eldre fortjener bedre



Halvparten av sykehjemmene overholder ikke nattfaste

- Mens 49 prosent på landsbasis oppgir at det går over 11 timer mellom siste kveldsmåltid og første måltid neste morgen, varierer andelen på fylkesnivå fra 28 prosent i Oslo til 64 prosent i Aust-Agder.
- Nesten halvparten av sykehjemmene som ikke overholder nattfasten starter middagsserveringen klokken halv to eller tidligere.

Store forskjeller i kommunens pengebruk

- Enkelte kommuner bruker fire ganger så mye penger på mat til de eldre som andre.
- 42 kr (i Orkdal) til 167 kr (i Kristiansand)
- Ingen sammenheng mellom kommunestørrelse og variasjonen i pengebruk
- Det er behov for å se nærmere på ressursbruken. En klar forventning at kommunene kan forklare nivået på pengebruk i sin kommune.



Vet ikke hvordan de eldre har det

- **Livskvaliteten** til beboerne ved landets sykehjem får svært lite oppmerksomhet.
- Omtrent **6 av 10 kommuner** gjør jevnlig undersøkelser av hvordan beboerne har det.
- I Finnmark, som er det fylket som er dårligst på brukerundersøkelser velger **kun 4 av 19 kommuner** å utføre systematiske bruker- og pårørendeundersøkelser.

Folket er med oss

- 65 prosent mener at underernæring blant eldre er et stort problem.
- En av fire nevner næringsrik mat og sunn mat, og hver femte nevner også variasjon i kostholdet som viktig.
- Omtrent alle spurte (97 %) er enig i at trivsel rundt måltidet er viktig for at eldre får i seg nok mat.

(Norstat 2015)

Matglede må være et grunnleggende mål i kommunene



Ørnes er et godt eksempel på god matomsorg



God matomsorg i Åfjord



[Åfjord](#)

København har en egen «Mad- og måltidspolitik»

- En ambisiøs plan der det presiseres at de eldre skal serveres «velsmagende og nærende mad, og måltidene skal være med til at skabe fællesskaber og gode oplevelser»
- Inngått samarbeid med et kompetansesenter som har vært med å utvikle måltidene for å gi de eldre økt matglede og livskvalitet.
- «Ingen vil selvfølgelig våre eldre noe vondt. Men sannheten er også at det er lett å spare på eldrematen fordi få klager. Det er smålig at vi skal spare penger på maten, for maten er jo ikke det som koster i det store regnskapet» direktør Anne-Birgitte Agger, København Madhus

Sju krav til politikerne

- Alle kommuner skal ha en mat- og måltidspolitik som gir våre eldre appetitt på livet.
- Alle mottakere av pleie- og omsorgstjenester må sikres et trygt, velsmakende og ernæringsmessig godt mattilbud.
- Det må legges vekt på å skape trivelige rammer rundt måltidene med fokus på sosialt fellesskap.
- Det må legges til rette for individuelle ønsker og behov, innflytelse på matvalg og involvering av pårørende.
- Det må gjennomføres regelmessige bruker- og pårørendeundersøkelser.
- Viktigheten av det gode måltid må forankres hos ledelsen på sykehjemmet og i kommunen.
- Alle ansatte må ha god forståelse av betydningen av god matomsorg for eldres helse og livskvalitet, og de må ha kompetanse på oppgavene som skal utføres.

Sju krav til politikerne

Startsiden Se Denne Kreative Ideer Zoom

abc nyheter / Nyheter Penger Helse og livsstil Motor Reise Stemmer Været

Norge Verden Politikk Sport Kultur

Nyheter

Forbrukerrådet krever god mat på sykehjem

Forbrukerrådet krever god mat på sykehjem

Ntb

2. juli 2015 13:05 – Oppdatert 2. juli 2015 13:27



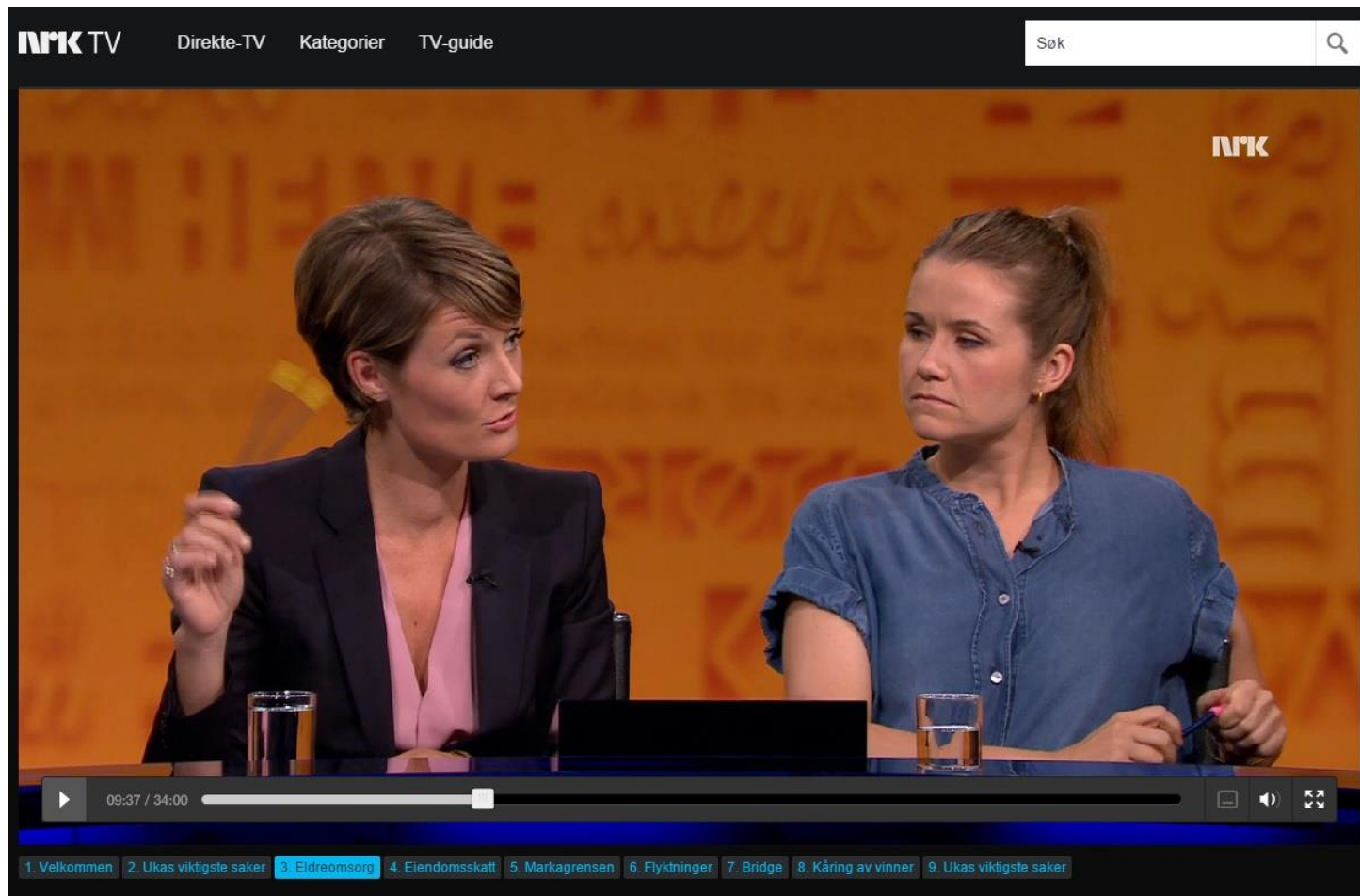
Del



Tweet



Epost



Nytt på nytt 4. september:

«Forbrukerrådet har kommet med noen sånne krav siden det er så dårlig stelt med eldreomsorgen. Blant annet har de sagt at kommunene skal ha en mat- og måltidspolitikk som gir eldre appetitt på livet.»

OPPROP

Eldre fortjener god matomsorg

I Norge er inntil 60 prosent av eldre som mottar kommunale tjenester underernærte eller i ernæringsmessig risiko. Riktig ernæring er avgjørende for god helse, for å helbrede og forebygge sykdom og for å opprettholde god funksjonsevne. Men god matomsorg handler også om at maten er fristende og velsmakende, og om gode rammer for måltidene tilpasset den enkelte. En verdig matomsorg skal gi våre eldre opplevelse av matglede og trivsel.

Eldre og syke som mottar pleie- og omsorgstjenester har rett til et mat- og måltidstilbud som fremmer trivsel og livskvalitet. Dette er et ansvar som hviler aller tyngst på kommunene.

Vi mener at ...

- ...alle kommuner skal ha en mat- og måltidspolitikk som sikrer eldre god matomsorg
- ...alle mottakere av pleie- og omsorgstjenester må sikres et trygt, velsmakende og ernæringsmessig godt mattilbud, der ferske råvarer vektlegges
- ...det må legges vekt på å skape trivelige rammer rundt måltidene med fokus på sosialt fellesskap
- ...det må legges til rette for individuelle ønsker og behov, innflytelse på matvalg og involvering av pårørende
- ...det må gjennomføres regelmessige bruker- og pårørendeundersøkelser
- ...viktigheten av det gode måltid må forankres hos ledelsen på sykehjemmet og i kommunen
- ...alle ansatte må ha god forståelse av betydningen av god matomsorg for Eldres helse og livskvalitet, og de må ha kompetanse på oppgavene som skal utføres



Minifeltarbeid ved fire sykehjem i Oslo kommune, 2016



Et hjem for deg?

Denne rapporten basert på minifeltarbeid ved fire sykehjem beskriver beboeres opplevelse av mat og trivsel. Den inneholder også en smørbrødlister med enkle grep for sykehjemledelsen.

September, 2016

Små grep øker mattrivselen



«Vi synes det er viktig at de beboerne som klarer det, får forsyne seg selv, som om de var hjemme hos seg selv» - avdelingsleder

Avdelingsleder viser oss inn på et avdelingskjøkken der det er dekket på til frokost for sju beboere. Det er pent dekket på med brikker og blomster. Radioen står svakt på, det spilles klassisk musikk. Pålegget er anrettet på asjetter med serveringsgaffler, som en hotellfrokost. De fleste beboerne smører sine egne skiver. De får servert kaffe av en sykepleierstudent. To sykepleierstudenter er til stede ved måltidet og hjelper beboerne med å spise. Fast ansatt avdelingssykepleier passer på et skjema med vekten til den enkelte og deler ut medisiner. De som trenger det får kosttilskudd, kalium, noe for magen til frokosten. Beboerne, som alle er kvinner, er svært pene på håret og fint kledd når de kommer til frokost. De får hjelp til å stelle håret og stelle seg av en ansatt når de står opp. En beboer spiser sen frokost fordi hun hadde fysioterapi på rommet sitt før frokosten. Frokosten er rolig og behagelig, ganske stille. Beboerne snakker ikke så mye til hverandre, men mer til de ansatte og oss.

«Det er litt avhengig av den enkelte sykepleier om de dekker pent til og hjelper de gamle godt til å spise opp. Det kommer litt an på hvor opptatt de selv er av mat» – daglig leder

Vi kommer inn på stuen, som midlertidig blir brukt til matservering på grunn av oppussing. Rommet er lite og har to bord. Det er ikke noe pynt på bordene, og rommet har et noe rotete preg. Beboernes plass ved bordet er markert på spisebrikker i plast der det står et romnummer. Romnummeret er skrevet med sprittusj på et aurevet gnagsårplaster. Beboerne får servert ferdig påsmurte skiver. En av beboerne blir matet av en ansatt. Jeg setter meg ned med to av beboerne som sitter sammen ved et bord. Jeg spør dem om maten, og de svarer «alt er fint, vi har det så godt». Det er vanskelig å få dem til å si noe mer om maten. Avdelingsleder kommer inn, tuller og spøker med beboerne. Stuen er så smal at når en av beboerne som sitter innerst er ferdig og vil gå for å ta seg en røyk, må han vente 20 minutter på at en annen beboer i rullestol blir flyttet før han kan gå forbi med rullatoren sin.

To varme måltider holder vekta oppe

«Vi serverer to varme måltider om dagen, og dette tror jeg har veldig mye å si for trivselen til beboerne. Jeg kjenner kokker som jobber ved andre sykehjem. De som har sluttet å servere varm lunsj, raser nedover på trivselsmålingene til Oslo kommune. Da må de ut på anbud, det vil jo vi unngå. Så ledelsen er veldig opptatt av å holde vekten oppe på beboerne, og vi prøver å tilpasse individuelt så godt det lar seg gjøre. Vi har to beboere som vil ha halal, en vegetarianer og en som har gluten-allergi. De får alle tilpasset mat. Vi har ikke så mange som vil ha halal-mat her, det har de mer problemer med på østkanten, kan jeg tenke meg. Måltidene er svært viktig for trivselen, og varm lunsj skaper mer variasjon, ikke bare brødkiver og brødkiver. Beboerne samles til måltidet, og dette skaper hygge. Jeg bestiller inn mat som sykepleierne tilbereder på avdelingskjøkkenet. Det er viktig at maten er lett å tilberede, at det går raskt for sykepleierne har så veldig mye annet de må passe på. Derfor får de vanligvis suppe som må varmes opp, fiskekaker, omelett, ostesmørbrød etc. til lunsj. Lunsjen må være enkel å tilberede, i tillegg være forholdsvis sunn og innenfor budsjettet». (Ragnhild, sykehjemskokk).

Mat som smaker

«Det henger en uke-meny på kjøkkenet, men den leser jeg bare samme dag, de gjør så ofte endringer, og jeg vil ikke glede meg til mat jeg ikke får likevel. Noe av det jeg savner er sprøstekt løk. Det har jeg ikke spist på 15 år. Og stekt makrell. Det pleide vi å få på det sykehjemmet jeg bodde på tidligere».

Asbjørg, 66 år

Det er de små ting som teller



Eksempler på hvordan sykehjemmene gjør måltidene til mer enn mating

- «Vi har et piano i alle spisestuenene. Et par ganger i uken spiller vi piano og synger sanger for beboerne mens de spiser frokost. Vi synger sanger som de liker og husker, og ofte stemmer beboerne med i sangen. Det viser seg at det blir god stemning, de sitter lenger ved bordet og spiser mer. Musikk gir beboerne bedre matlyst, det er spennende». (kulturarbeider).
- «Vi feirer sesongene og høytidene ved å servere mat som hører til de ulike sesongene. For eksempel på julaften, ja, da stekte vi ribbe ved hvert avdelingskjøkken. Lukten av julematen spredde seg i gangene og lagde julestemning, det er også viktig å tenke på. Beboerne engasjerte seg i ribbestekinga, de har alle sine triks for at svoren blir sprø». (daglig leder).
- «Vi har høner i bakgården, og beboerne kan være med å hente egg og steke eggene til frokost. Slike ting skaper trivsel. Vi har også en kafeteria som er åpen for alle som vil komme innom (ikke kun beboere). Vi har også skjenkebevilling, slik at beboerne kan gå på pub om kvelden, og vi har uteservering når det er fint vær». (daglig leder).

Lettere å skape trivsel blant beboere med samme funksjonsevne.



God praksis – hva fører til trivsel rundt måltidene?

- At beboere som klarer det, får smøre skivene sine selv, som hjemme
- At det er levende musikk til måltidene
- At de ansatte stimulerer praten rundt bordet, leser avisen etc.
- Å få sitte sammen med andre beboere man trives sammen med
- Egen kafe som også er åpen for besøkende
- At det er mulighet for å få nattmat
- At det serveres felles kveldsmat (i stedet for å spørre hver enkelt beboer om de er sultne)
- At man feirer sesongene med sesongbasert mat
- At det serveres to varme måltider om dagen
- At det er mulighet for å gi tilbakemelding på middagen
- At det serveres vin til middagen av og til
- At det er pent dekket på med telys, blomster og brikker
- At man gjør litt stas på beboerne med å bruke pene glass etc.

God praksis – hva fører til trivsel generelt?

- Ledelse som forholder seg til beboerne som individer, ikke tall
- Engasjerte kulturarbeidere og aktivitører som tilrettelegger for ulike tiltak
- At det er mulighet for å luften seg utendørs sammen med ansatte
- At man legger til rette for god personlig pleie og stell
- Ledelse som søker støtte til ulike tiltak
- Små avdelinger der beboerne er på samme funksjonsnivå
- At man møblerer sykehjemmet som et hjem
- Stabilt personell som trives på jobb
- Bevissthet og moderasjon rundt medisiner
- Besøk av frivillige, barnehager, besøkshunder, etc.
- At man gir de pårørende rom til å engasjere seg

Anne Kristin Vie
Fagdirektør offentlige
tjenester og helse
995 68 816
@annevie

