

ERNÆRING NYRUDSKOGEN

Redusering av nattfaste
prosjekt 2015

Hvordan det startet

- Avdeling Nyrudskogen er god på frokost, middag, ettermiddagskaffen og kveldsmat
- Vi har ikke vært god på ”saftrunden” og seinkvelds
- Avdelingen har jobbet med å forbedre ernæringen til pasientene, men med blandet hell – det var avhengig av hvem som var på vakt
- Avdelingsleder så at nå kunne vi søke midler

Ernæringsjournal

- Avdelingen følger retningslinjene for ernæringsjournal
- Pasientene veies en gang i måneden eller oftere ved behov
- Ernæringsjournal føres fortløpende
- Når noen sto i faresonen hoppet vi rett på dyre næringsdrikker.
- Vi kunne for lite om beriking av mat



Målet for prosjekter:

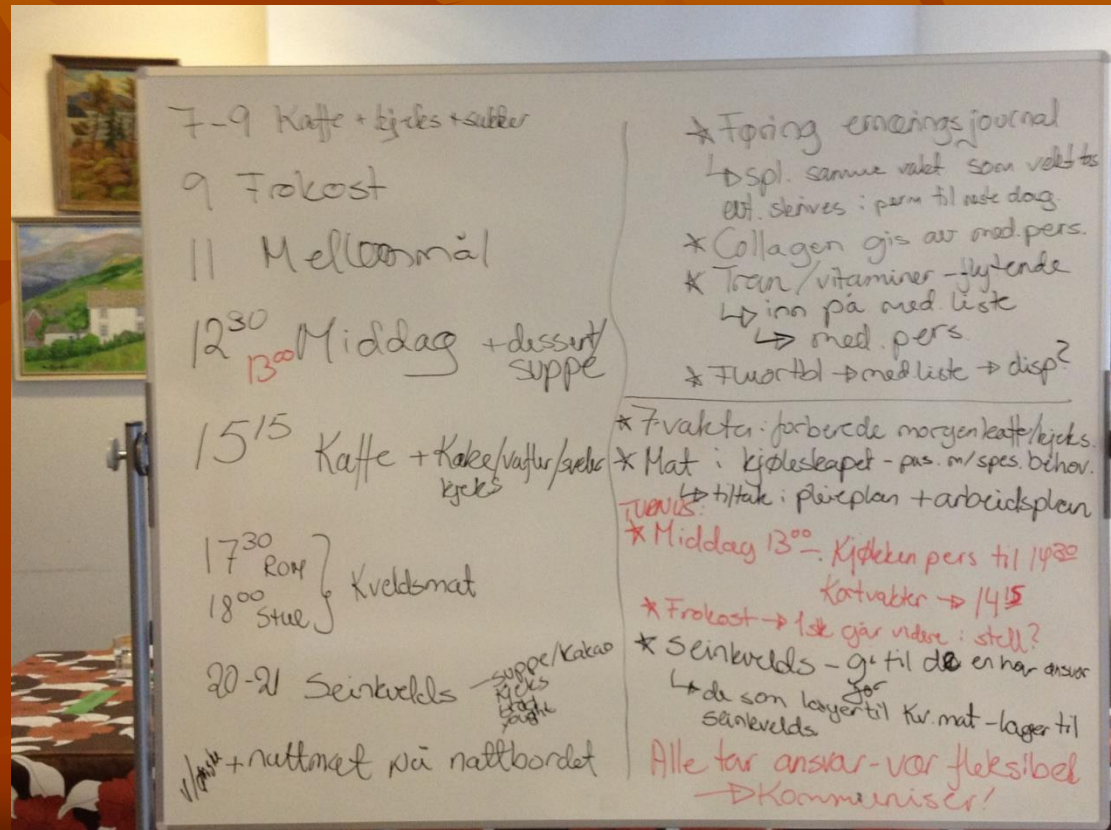
- Forebygge og behandle underernæring
- Økt kunnskap om ernæring
- Holdningsendring
- En varig endring

Målgruppe:

- Alle medarbeider på avdeling Nyrudskogen, også vikarene

Hvordan nå målet

- Øke kunnskapen hos den enkelte medarbeider gjennom internundervisning
- Se på avdelingens rutiner



Arbeidsopplegg

- Prosjektgruppe:
 - Ingvild Fridheim
 - Kirsti Stenvik
 - Ellen Ongkiehong
- Kartlegge behov for opplæring:
 - Miniundersøkelse – svarprosent ca 50 %
 - Ønske om mer kunnskap

Internundervisning

Tre kurs

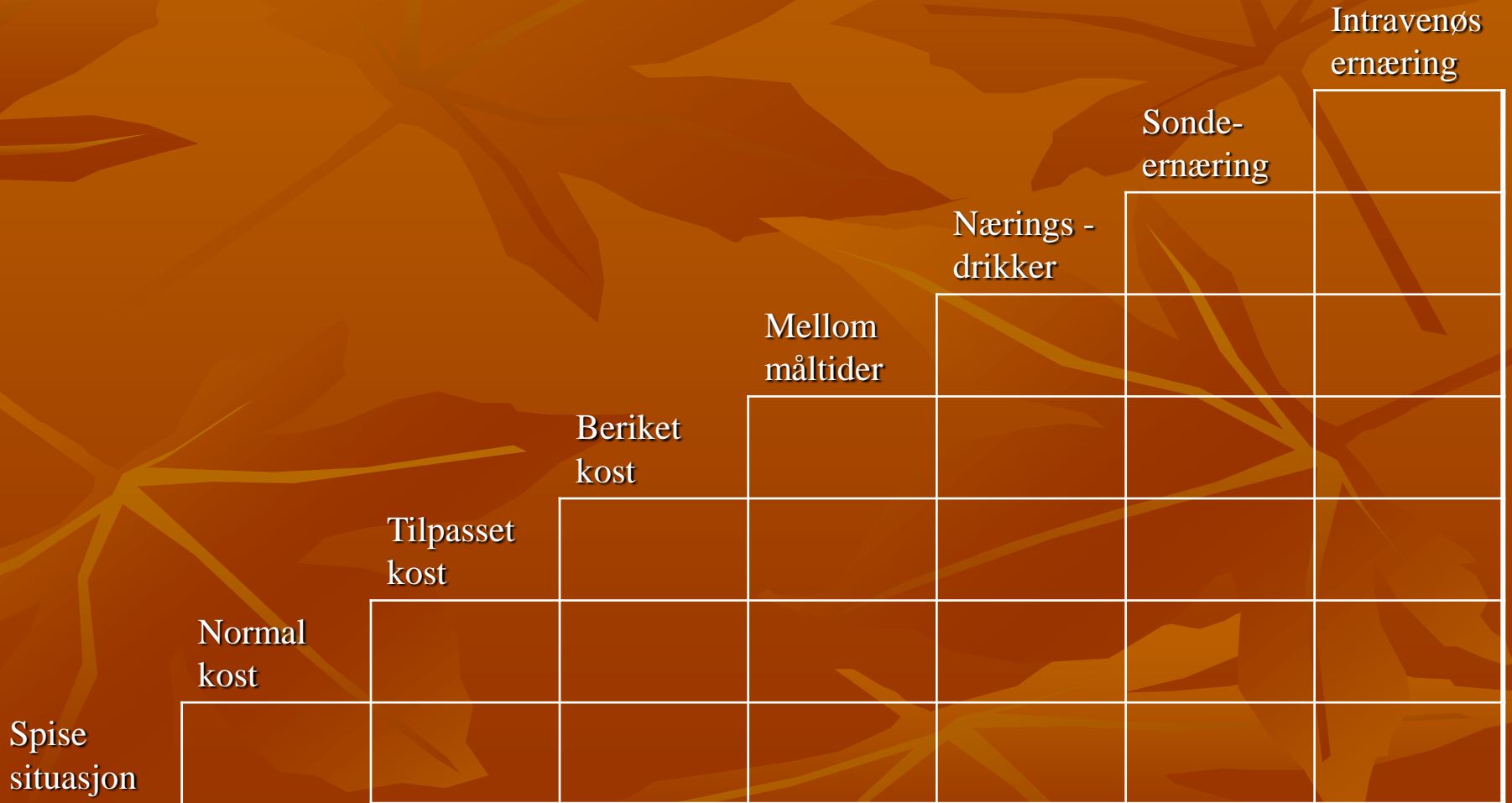
- Filmen ”Maten e god den, det e’kje da...” med rom for diskusjon
- Fakta om ernæring og retningslinjene + gjennomgang av avdelingsrutinene
- Undervisning fra kjøkkensjefo



Litt fra undervisninga

- Viktigheten av spisesituasjonen, måltidene og individuell tilrettelegging
- Sammenhengen mellom underernæring og fallulykker
- Sultfølelse øker natteuro
- Lang nattfaste gjør at når energilagrene i leveren er brukt opp etter ca 11 timer så tærer kroppen på muskulatur og fettlagerene.
 - alvorlige konsekvenser for personer som allerede har redusert muskelmasse.

Ernæringstrappa



Anskaffelser

- Trillebord
- Tavle med kritt
- Veggklokke
- Stol- og sengebord
- Duker og pynt

Vi har oppnådd til nå:

- Seinkveldsen ble mer etablert og blir gjennomført.
- Nattevaktene melder om roligere netter – pasientene får mer nattesøvn
- Eksisterende rutiner gjennomføres og de er mindre avhengig av hvem som er på jobb

Mellommåltid

- ”safrunden” ble til ett mellommåltid
- Endrede rutiner – fruktsalat ble flyttet fra frokost til mellommåltidet



- Økt kunnskap
- Positiv holdningsendring
- Bedre dialog mellom pleiepersonalet og personalet på postkjøkkenet





- Synliggjort menyen i avdelingen

- Beriking av kosten som førstetiltak før ferdiglagede næringsdrikker fra apoteket
- Bedre spisesituasjon med nye stol-/sengebord



Veien videre

- Internundervisning i oktober med kjøkkensjefo
- Undervisning om kostregistrering
- Se på om turnusendring kan gi mulighet for endring av tidspunkt for måltidene.

Litteratur

- Nasjonale faglige retningslinjer for forebygging av underernæring – Helsedirektoratet
- Ansvar for ernæringsarbeidet i helse- og omsorgstjenesten – Helsedirektoratet
- Prosjekt ”maten er ikke gitt før den er spist” – Time kommune
- Film ”Maten e god den, det e’kje da...” – Utviklingscenter for sykehjem i Nordland 2012