

**Fokus på ernæring og måltidet
til ældre.**

**Personalets observation af kostindtaget.
Hvilket ansvar har samfundet?**

Anne Marie Beck
Seniorforsker, klinisk diætist
Danmarks Fødevareforskning

Fokus på ernæring og måltidet til ældre¹

”Oftest er det plejepersonalet, der står for madlavningen.....”.

*”Nogle steder deltager beboeren i selve tilberedningen, andre steder er der blot et ønske om, at beboerne kan **dufte** maden der bliver tilberedt.*

*Dette har ifølge **danske** undersøgelser en gavnlig effekt på appetitten, som kan være en vigtig faktor for især småtspisende ældre”.*

¹ Vejledning om indretning m.v. af køkkener i leve- og bomiljøer. Fødevarestyrelsen d. 1. august 2005

Fokus på ernæring og måltidet til ældre Fakta²

Sted	BMI<18,5
Plejehjem, Kbh.	18%
Plejehjem, Kbh. og Solrød	22%
Plejehjem, Hvidovre	30%
Plejehjem, Kbh.	26%
Plejehjem, Bagsværd og Valby	18%
Leve og bo miljø, Odense ³	18%
Leve og bo miljø, Svendborg ⁴	27%

² Beck & Kofod. Måltidsservice på plejecentre 2003

³ Kun 72% af beboerne blev vejet

⁴ Kun 67% af beboerne blev vejet

Fokus på ernæring og måltidet til ældre Fakta⁵

Konsekvenser

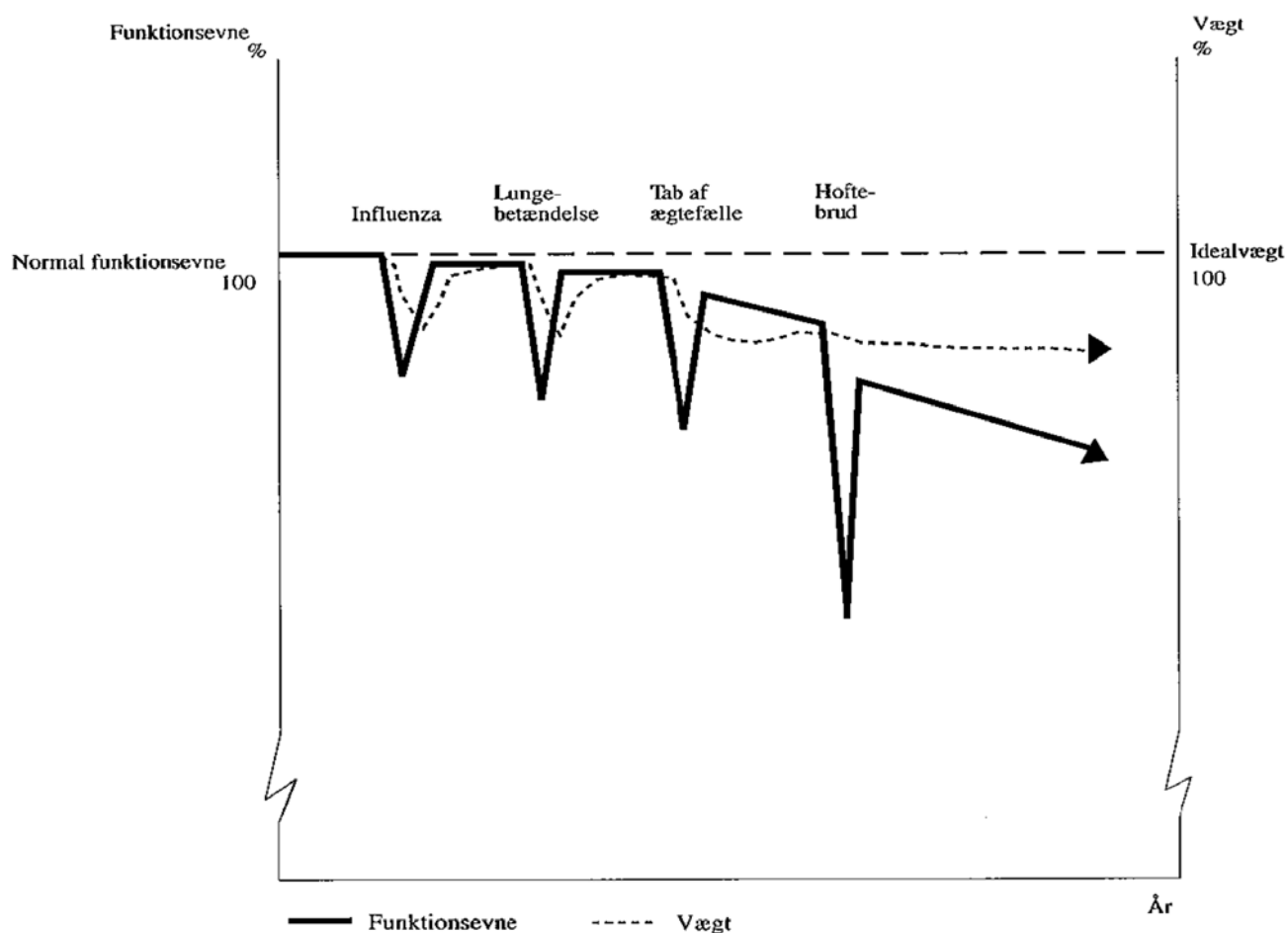
	0%	→20%	>20%
BMI<18,5	58	213	168
Antal	9	11	12 ***
Sygehus (%)	14	15	23 *
Infektioner (%)	21	12	17
Depression (%)	57	39	44
Fald + frakturer (%)	14	8	14
Tryksår (%)	33	19	27
Sover om dagen (%)	67	44	75 ***
↓ Socialt engag. (%)	7	10	7
Død (3. mdr.) (%)			

* p<0,05, *** p<0,001

.....Samfundets ansvar ?

⁵ Upublicerede data. DFVF 2005

Fokus på ernæring og måltidet til ældre Fakta⁶



.....Samfundets ansvar ?

⁶ Ernæring og aldring. Ernæringsrådet 2002

Danske dufte?

Fokus på ernæring og måltidet til ældre Fakta⁷

”Hvis der etableres et hjemligt spisemiljø – med fx dug, blomster, lys, musik og med servering på fode - påvirker det ernæringstilstanden i positiv retning”.

⁷ Beck & Kofod. Fremtidens kost til ældre 2003

Fokus på ernæring og måltidet til ældre Fakta (fortsat)⁸

Forekomst af forsk. initiativer i relation til måltidet (n=556)

Blomster på alle borde	84%
Dug på alle borde	57%
Bordene dækket inden spisning	25%
Musik i spisestuen	21%
Ingen oprydning under måltidet	72%
Retterne serveres én ad gangen	77%
Starter med at spise samtidig	72%

Fokus på ernæring og måltidet til ældre Fakta⁹

⁸ Beck & Kofod. Måltidsservice på plejecentre 2003

⁹ Beck & Kofod. Fremtidens kost til ældre 2003

”De fleste plejecentre gør en del ud af måltidet.....”.

Hvad så med ernæringen ?.....

Ernæringsmæssige risikofaktorer fx

- akut og kronisk sygdom
- dårlig tandstatus
- *tygge- og synkeproblemer*
- depression
- demens
- *forkerte kostformer*
- nedsat fysisk funktionsevne
- stort medicinforbrug
- sygehusophold

**Fokus på ernæring og måltidet
til ældre
Fakta¹⁰**

¹⁰ www.kostforum.dk

De fleste ældre på plejecentre og lign. bør tilbydes *Kost til småtspisende* og *Tygge-/synkevenlig kost* (dvs. småt, hyppigt, fedtrigt og blødt)

Fokus på ernæring og måltidet til ældre Fakta¹¹

- Knap halvdelen får *Normalkost* (mager)
- Under 10% har behovet

- Under 10% får *Kost til småtspisende*
- Omkring 60% har behovet

- Social isolation af ældre der spiser ”grimt”.
- Beboerne ”skærmes”
- Spisestykker er udbredt

.....

Personalets observation af kostindtaget ?

¹¹ Beck & Kofod. Måltidsservice på plejecentre 2003, Beck & Kofod. Fremtidens kost til ældre 2003

Fokus på ernæring og måltidet til ældre Fakta¹²

Kostform	Energi	Fedt	Mellem
	OK	OK	OK
Småtspisende	33%	14%	0%
Hakket	37%	15%	0%
Blendet	50%	6%	0%

.....

Personalets observation af kostindtaget ?

¹²Hansen & Beck. Færdigmad til pensionister 2005

Fokus på ernæring og måltidet til ældre *i leve- og bomiljøer* Fakta¹³

Sted	BMI<18,5
Plejehjem, Kbh.	18%
Plejehjem, Kbh. og Solrød	22%
Plejehjem, Hvidovre	30%
Plejehjem, Kbh.	26%
Plejehjem, Bagsværd og Valby	18%
<i>Leve og bo miljø, Odense</i> ¹⁴	18%
<i>Leve og bo miljø, Svendborg</i> ¹⁵	27%

¹³ Beck & Kofod. Måltidsservice på plejecentre 2003

¹⁴ Kun 72% af beboerne blev vejet

¹⁵ Kun 67% af beboerne blev vejet

Fokus på ernæring og måltidet til ældre i leve- og bomiljøer Fakta (fortsat)¹⁶

”Spisning i små grupper (som fx i leve – og bo miljøer) er ikke altid den bedste løsning, men hvis der er god kemi mellem beboere, er ernæringstilstanden ofte god. Det stiller store krav til personalet...”

”Det forhold, at der ikke var køkkenfagligt personale tilknyttet de undersøgte leve- og bomiljøer kan have påvirket ernæringstilstanden, da personalet ikke havde kompetencer til at tilberede fx energirige menuer”.

¹⁶ Beck & Kofod. Fremtidens kost til ældre 2003

Fokus på ernæring og måltidet til ældre i leve- og bomiljøer Fakta (fortsat)¹⁷

”Plejepersonalet har fremhævet, at det er vanskeligt, at skelne mellem den måde man laver mad på derhjemme og den måde, hvorpå der skal laves mad på et plejecenter.

For eksempel er der i øjeblikket kraftig fokus på fedtfattig kost i medierne, hvilket jo ikke er tiltænkt småtspisende ældre på plejecentre”.

¹⁷ Projekt om samarbejde om planlægning af madlavning
Bedre mad til ældre. *Fødevareministeriet og
Socialministeriet*

Fokus på ernæring og måltidet til ældre i leve- og bomiljøer Fakta (fortsat)¹⁸

”Samlet set har den faglige sparring med køkkenassistenten medført, at plejepersonalet generelt har fået et bedre kendskab til madlavning og ernæring, hvilket er en fordel for beboerne.

Omvendt har køkkenassistenten fået et kendskab til borgernes spisevaner og er eksempelvis blevet overrasket over, hvor småtspisende beboerne er”.

.....Samfundets ansvar ?

¹⁸ Projekt om samarbejde om planlægning af madlavning
Bedre mad til ældre. *Fødevarerministeriet og
Socialministeriet*

Fokus på ernæring og måltidet til ældre Fakta¹⁹

”En løbende dialog mellem plejepersonale, køkkenpersonale og bruger har stor betydning i forbindelse med de differentierede menu tilbud, som bør kunne tilbydes ældre beboere”.

.....Samfundets ansvar ?

¹⁹ Beck & Kofod. Fremtidens kost til ældre 2003. Bedre mad til ældre. *Fødevareministeriet og Socialministeriet*

Fokus på ernæring og måltidet til ældre²⁰

”Amter og kommuner kan evt. selv tilrettelægge relevante uddannelsesaktiviteter, der tager hensyn til de særlige problemstillinger i leve- og bomiljøerne, herunder spørgsmålet om ernæring”.

.....Samfundets ansvar ?

²⁰ Vejledning om indretning m.v. af køkkener i leve- og bomiljøer. Fødevarestyrelsen d. 1. august 2005