

# I Københavns Kommune har de ældre appetit på livet

**Mad- og måltidspolitikken "Appetit på livet", er målrettet ældre borgere i Københavns Kommune og har tre fokusområder: Madkvalitet, det gode måltid, og det rette tilbud til den rette borger. Politikken blev godkendt af det politiske udvalg i efteråret 2012 og er gældende indtil 2016.**

Sidse Vinkler Rasmussen



Implementering af politikken er igangsat, og der er bl.a. fokus på aktiviteter som kompetenceudvikling, tværfagligt samarbejde, køkkenhåndværk og udvikling af ét koncept for vurdering af tygge-synke-funktion, samt mad og drikke med modificeret konsistens. Denne artikel beskriver indholdet af politikken og giver eksempler på indsatser herunder.

Måltidet er vigtigt i de fleste menneskers hverdagsliv. Måltidet stimulerer sanserne og danner rammen om det sociale samvær, både i hverdagen, og når vi markerer særlige begivenheder. For en del ældre er de daglige måltider dog forbundet med problemer og udfordringer: Mange ældre i hjemmepleje og i plejeboliger er i dårlig ernæringstilstand med svigtende appetit og utilsigtet vægttab (1,2). Ernæringstilstanden hos ældre er tæt forbundet med funktionsevne og trivsel, og selv små vægttab kan have en negativ indflydelse (3). Problemer med at spise er én af de primære årsager til dårlig ernæringstilstand (3). Fx kan nedsat tygge-synke-funktion have alvorlige konsekvenser og resultere i dårlig ernæringstilstand samt fejlsynkning, der kan forårsage lungebetændelse eller i værste fald kvælning (4).

## Appetit på livet

"Appetit på livet" er Københavns Kommunes Mad- og måltidspolitik målrettet ældre borgere. Politikken blev godkendt af det politiske udvalg i efteråret 2012 og er gældende indtil 2016. Politikken består af tre fokusområder: 1. Madkvalitet, 2. Det gode måltid og 3. Det rette tilbud til den rette borger. Under hver af disse fokusområder er formuleret mål og indsatser. Mål, der skal opfyldes, indsatser, der skal igangsættes over de næste par år.



## Målgruppe

Mad- og Måltidspolitikken er primært målrettet ældre i hjemmepleje, rehabiliteringscentre og i plejebolig. Det vil sige; gruppen af ældre, der er præget af dårlig ernæringstilstand i form af vægttab, lille appetit og nedsat tygge-synke-funktion. Disse borgere har mest brug for støtte, og her skal ressourcerne prioriteres. Men "Appetit på livet" har også fokus på tilbud og ydelser til ældre med mindre begrænsninger i mobilitet og funktionsevne. Et væsentligt element i politikken er at have madtilbud målrettet borgere med forskellige grader af funktionsniveau, og tilbud, som fremmer funktionsevnen og en aktiv hverdag.

## Fra politik til forandring i hverdagen

Mad- og måltidspolitikens fokus er at styre den faglige og organisatoriske udvikling indenfor ernæring, mad og måltider. Det væsentlige i den forbindelse er, at der sker en bevægelse fra politikken til en hverdag, hvor målsætningerne bliver til anvendt viden i praksis. Politikken skal ud og virke på de enkelte plejehjem og rehabiliteringscentre samt i hjemmeplejen og sygeplejen. For at dette kan lykkes, skal der være stor fokus på de medarbejdere, der skal implementere politikken i driften. Kompetenceudvikling og afsøgning af den bedst mulige organisering i lokal kontekst vil derfor være nogle af de primære virkemidler, der skal gribes til for

Du kan læse Mad- og måltidspolitikken: Appetit på livet på Københavns Kommunes hjemmeside: [www.kk.dk](http://www.kk.dk)

Eller på dette direkte link: <http://www.kk.dk/da/om-kommunen/indsatsomraader-og-politikker/omsorg-og-aeldre/mad-og-maaltidspolitik-for-aeldre>



at gøre Mad- og måltidspolitikken til virkelighed. Derudover lægger målene i politikken op til mere systematisk samarbejde på tværs af faggrupper, hvorfor tværfagligt samarbejde også vil være i fokus for at komme i mål med politikken.

### Politikkens tre fokusområder

De tre fokusområder og eksempler på mål og indsatser under de enkelte fokusområder vil blive beskrevet nærmere i det følgende:

#### Madkvalitet

Mad, der appellerer til sanserne ved at være velsmagende, velduftende og indbydende, bliver ikke alene spist, men er også med til at skabe livskvalitet. Københavns Kommune har igennem flere år haft stor fokus på kvaliteten af maden i de offentlige måltider. Men vi vil gerne blive endnu bedre og fokusere på køkkenhåndværket ved at give køkkenmedarbejdere, der tilbereder mad til de ældre, et kompetenceløft. Vi vil arbejde med kulinarisk kvalitet på tre niveauer: 1. For ledere og medarbejdere på diplom-niveau, 2. For faglærte medarbejdere, og 3. For ufaglærte medarbejdere. Derfor er forvaltningen i gang med at planlægge en større kompetenceafklaring med efterfølgende målrettet kompetenceudvikling til de tre grupper af køkkenmedarbejdere. Det forventes, at projektet starter i løbet af efteråret 2013.

Københavns Kommune har tillige et mål om, at maden i de offentlige køkkener skal tilberedes af 90 pct. økologi ved udgangen af 2015. På plejehjem med eget produktionskøkken er vi allerede godt på vej, idet 73 pct. af den mad, der produceres på

nuværende tidspunkt, er tilberedt af økologiske råvarer. På plejehjem med modtagerkøkken og i vores store centralkøkken arbejder vi os også frem imod at hæve økologi procenten med det mål at nå 90 pct. inden udgangen af 2015.

#### Det gode måltid

Københavns Kommune har fokus på at skabe det gode måltid og den gode måltidsoplevelse for ældre. Det er et naturligt indsatsområde, fordi måltidet er ét af dagens højdepunkter. Det er mere end blot mad. Personalets rolle ved måltidet, de fysiske rammer samt de sociale relationer og muligheder for valg og inddragelse er eksempler på elementer, der har betydning for ældres oplevelse af måltidet. Disse elementer arbejdes der kontinuerligt med at optimere på plejehjem og rehabiliteringscentre i København. Der er bl.a. udviklet et værktøj til systematisk fastlæggelse af struktur og organisering af mad, måltider og ernæring samt et værktøj til selvevaluering af borgernes tilfredshed med maden såvel som måltiderne. Vi kalder disse to redskaber for "Værs' go og Velbekomme?"

Ét af målene i Mad- og måltidspolitikken er, at også hjemmeboende borgere får adgang til spisefællesskaber. For eksempel kan ældre borgere i København visiteres til et spisetilbud, hvor maden

Du kan høre nærmere om værktøjerne "Værs go og Velbekomme?" ved at tage kontakt til forfatteren af artiklen



spises i deres lokalområde; fx på et plejehjem eller et aktivitetstilbud. Herved skabes rammer for sociale relationer og fællesskaber, samtidig med at det kan være med til at bevare funktionsevnen og et vist aktivitetsniveau. Et andet tiltag er at tilbyde en spiseven til ældre borgere i eget hjem. Tilbuddet består i, at man kan få en gæst i sit hjem én gang om ugen, så man får selskab til maden. Man får leveret mad til to personer – hvoraf den ældre blot betaler for det ene måltid. Tilbuddet sker i et samarbejde med Ældresagen, der rekrutterer frivillige til at agere spisevenner.

### Det rette tilbud til den rette borger

Sundheds- og Omsorgsforvaltningen har igennem mange år haft tilbud om ernæringsvurdering og ernæringsterapi med henblik på at målrette tilbuddene om mad og måltider til den enkelte ældres behov. I "Appetit på livet" er der formuleret et mål om, at "der

skal udvikles et koncept for konsistensjusteret mad; herunder vurdering af borgerens tygge-synke-funktion". Et koncept for vurdering af tygge-synke-evne samt mad og drikke med modificeret konsistens er derfor under udvikling og forventes opstartet som pilotprojekt i efteråret 2013. Der er tale om et tværfagligt projekt, der skal kombinere de pleje- og terapeutfaglige kompetencer, herunder vurdering af tygge-synke-evne, med de køkkenfaglige kompetencer, bl.a. modificering af konsistensen af mad og drikke, så den er tilpasset den enkelte borgers behov. Et yderligere perspektiv på konsistensjusteret mad er at arbejde med den sensoriske kvalitet af maden; dvs at have fokus på, at også den konsistensjusterede mad tager sig indbydende ud og smager og dufter godt.

qx26@suf.kk.dk

### Referencer

1. Kjær S, Beck AM. Projekt "Udvikling af et redskab til ernæringsvurdering og behandling af ældre". Fødevareinstituttet. Udarbejdet for Socialstyrelsen 2010.
2. National handlingsplan for måltider og ernæring til ældre i hjemmeplejen og plejeboligen. Socialstyrelsen 2013.
3. Beck AM. Forebyggelse af tab af fysisk, mental og social funktionsevne ved fokus på ældres ernæringsstilstand og risikofaktorer. Fødevareinstituttet 2007.
4. Andersen UT et al. Klinisk retningslinje for modificeret kost og væske til voksne ( $\geq 18$  år) personer med dysfagi. Center for Kliniske retningslinjer 2012.