

Nannestad kommune



ÅPENHET  
PROFESJONALITET  
EFFEKTIVITET  
NÆRHET

Sektorplan for kosthold og ernæring  
2017-2018

<i>Innledning</i> .....	3
Visjon og hovedmål .....	3
Utfordringer .....	4
Faglig forankring .....	5
<i>Tiltak</i> .....	5
Tiltak I: .....	6
Endre måltidsrytmen ved Nannestad sykehjem .....	6
Tiltak II: .....	6
Kvalitetssikre individuell oppfølging i hele pasientforløpet .....	6
<i>Tiltak III</i> .....	8
Innføre intern opplæring i arbeidet med riktig ernæring .....	8
Tiltak IV .....	9
Ernæringsgruppe .....	9
Tiltak V .....	9
Økt livsglede gjennom et matkulturelt årshjul .....	9
<i>Linker</i> .....	10

## **Innledning**

Helsedirektoratets nasjonale undersøkelser viser at mellom 20-60 % av eldre brukere av kommunale helsetjenester er underernærte eller befinner seg i en ernæringsmessig risiko. Underernæring og feilernæring gir økt fare for andre sykdommer, lengre rekonvalesens, samt større pleietyngde og økte medisinske kostnader. Dette viser nødvendigheten av å ha gode kvalitetssystemer og rett kompetanse innen ernæring for å ivareta samtlige pasientforløp underlagt virksomheten.

Sektorplanen for kosthold og ernæring er virksomhet Helses ernæringsstrategi for å forebygge og behandle forekomster av underernæring hos våre pasienter og brukere, bidra til økt livsglede gjennom gode matopplevelser og sikre høy kompetanse i gjennomføring og dokumentering av ernæringsarbeidet.

Planen bygger på Helsedirektoratets anbefalinger, Statens ernæringsråds retningslinjer for kostholdet ved helseinstitusjoner, nasjonale faglig retningslinjer for forebygging og behandling av underernæring, pasientsikkerhetsprogrammet, kollegiale erfaringer og virksomhet Helses egne erfaringer og verdiplakat.

### **Visjon og hovedmål**

***«Vi skal ha en kvalitetssikret ernæringspraksis integrert i alle de pasientforløp som er underlagt virksomheten – både medisinsk og for brukerens livsglede.»***

Vårt hovedmål med kosthold og ernæringsplanen er å ha et strategisk rammedokument som forener alle enheter under virksomhet Helse i arbeidet med ernæring.

Planen skal ha klare målsetninger, være dynamisk og endres ved behov. Dette vil sikre at vi hele tiden ivaretar dagens retningslinjer og gjeldende

lovverk og sikrer rett kompetanse, intern kompetanseoverføring og eventuelle endringer i våre brukeres behov.

Virksomheten skal ha en god ernæringspraksis integrert i eksisterende kvalitets- og journalsystemer og sikre at ernæringsbehandling vil være en naturlig del av det øvrige behandlingstilbudet.

**«Virksomheten skal alltid arbeide systematisk for å skape gode måltidsøyeblikk for våre brukere og pasienter.»**

### **Utfordringer**

#### **Utfordringer som virksomheten skal ha særlig fokus på er:**

- Brukermedvirkning
- Samarbeid og kommunikasjon mellom kjøkken og sykehjemsenheter/hjemmebaserte tjenester
- Dokumentflyt mellom enheter innen virksomheten
- Riktig verktøy for screening av ernæringsmessig risiko
- Kartlegging og dokumentasjon av ernæringsstatus
- Riktige diagnosekoder i henhold til internasjonale klassifiseringer for underernæring - ICD 10
- Iverksetting og gjennomføring av systematiske tiltak
- Lengde på nattfaste
- Sikre tilstrekkelig kompetanse blant ansatte
- Innovasjon i kjøkkenfaglige produksjonsteknikker

Virksomhet Helse har i pr i dag rutiner som ivaretar mange av disse prosessene, men ved et mer strategisk arbeid opp mot de forskjellige risikoområdene vil vi kunne avdekke avvik, finne forbedringspotensialer, skape økt kompetanse, utvikle solide rutiner og skape gode holdninger blant våre medarbeidere.

## ***Faglig forankring***

- Nasjonal handlingsplan for bedre kosthold - Sunt kosthold, måltidsglede og god helse for alle! (2017–2021)
- Nasjonale faglige retningslinjer for forebygging og behandling av underernæring (2009)
- Kosthåndboken. Veileder i ernæringsarbeid i helse- og omsorgstjenesten. Helsedirektoratet (2012)
- Lov om matproduksjon og mattrygghet (Matloven).
- Lov om kommunale helse- og omsorgstjenester m.m. (helse- og omsorgstjenesteloven)
- Pasientsikkerhetsprogrammet

## **Tiltak**

1. Endre måltidsrytmen ved Nannestad sykehjem
2. Kvalitetssikre individuell oppfølging i pasientforløpet
3. Innføre intern opplæring i arbeidet med riktig ernæring
4. Opprette tverrfaglig ernæringsgruppe
5. Økt livsglede gjennom et matkulturelt årshjul

### **Tiltak I:**

#### **Endre måltidsrytmen ved Nannestad sykehjem**

Målet med dette tiltaket er å redusere fastetiden til pasienten mellom siste kveldsmåltid og påfølgende frokost, samt å tilrettelegge for at hovedmåltidene ikke kommer for tett for pasientene. De ønskede resultatene ved dette tiltaket blant annet at vi kan oppleve roligere pasienter på natt, og at det skaper et større tidsrom for aktiviteter for pasientene på dagtid.

De to viktigste momentene ved en endring av måltidsrytmen vil være å servere middag senere enn vi gjør i dag, og innføre ett nytt måltid: Varm lunsj. F.o.m 01.11.17 blir nye måltidstider ved Nannestad Sykehjem:

**Frokost: 09:00**  
**Lunsj: 12:00**  
**Middag: 15:30**  
**Kveldsmat: 19:00**

Utover fastsatte spisetider skal vår pasienter alltid ha et tilbud om noe å spise. For eksempel frukt, yoghurt, energidrikk eller påsmurt mat. Dette gjelder også for pasienter som våkner på natt.

Ansvarlig: Virksomhetsleder, enhetsledere sykehjem og enhetsleder service.

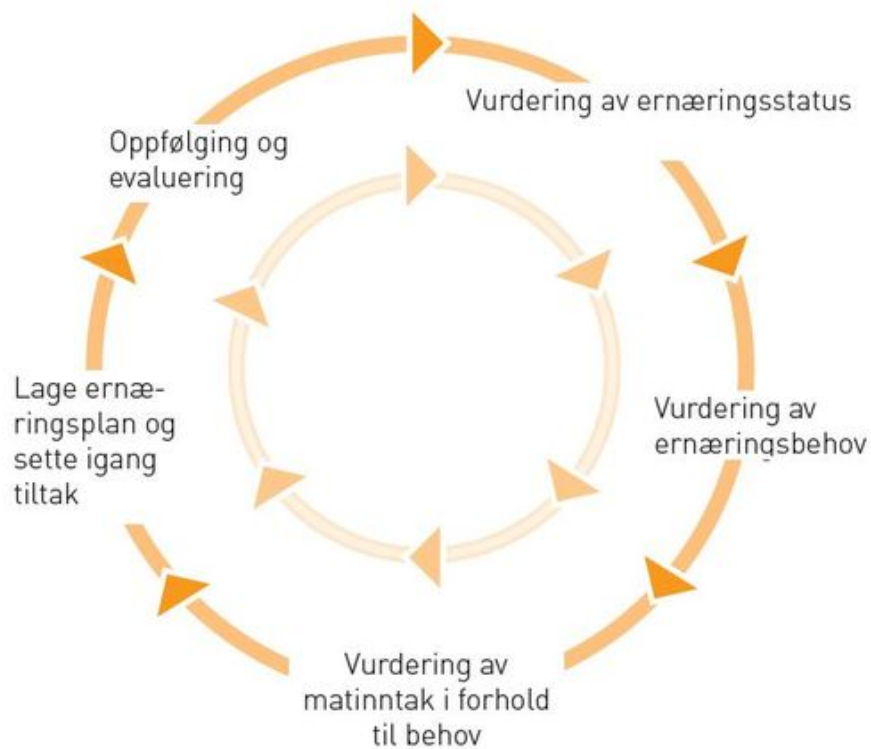
## **Tiltak II:**

### **Kvalitetssikre individuell oppfølging i hele pasientforløpet**

Målet med dette tiltaket er å forebygge underernæring, sikre rett kost til pasienten/brukeren og dokumentere prosessen på en kvalitetssikret måte.

- Alle pasienter/brukere skal innen rimelig tid etter ankomst til sykehjemmet screenes for å avdekke ernæringsmessig risiko i henhold til MNA skjema. (Mini Nutritional Assessment)
- Resultatet av kartleggingen skal dokumenteres på eget screeningskjema i pasientjournal.
- Pasienter utenfor ernæringsmessig risiko skal veies en gang pr måned.
- Pasienter i ernæringsmessig risikosone skal behandles i henhold til egne rutiner og iverksettes så snart som mulig, i henhold til diagnosekode.
- Pasientens matkort skal fylles ut presist og sjekkes jevnlig i henhold til rutine.
- Hjemmebaserte tjenester skal kvalitetssikre, eller utvikle, rutiner som ivaretar ernæringsstatus for sine brukere. Rutiner og metode skal gjenspeile sykehjemmet praksis, og der hvor egen praksis er mest hensiktsmessig skal rutiner og metode baseres på pasientsikkerhetsprogrammets tiltakspakke for hjemmetjenesten.

Ansvarlig: Enhetsledere sykehjem og Enhetsledere hjemmebaserte tjenester



«God ernæringspraksis»

### **Tiltak III**

#### **Innføre intern opplæring i arbeidet med riktig ernæring**

Målet med dette tiltaket er å sikre at alle ansatte og nyansatte deler vår visjon og hovedmål i arbeidet med ernæring, samt å sikre god nok kunnskap i gjennomføringen.

- Det skal gjennomføres jevnlig interne kurs for alle ansatte i virksomheten som er i kontakt med pasienter i forhold til ernæring, eller kan avdekke om en pasient er i risikozonen for underernæring. Disse kursene skal blant annet inneholde gjennomgang av rutiner, screening, pasientoppfølging, ernæring, ernæringstrappen og matfaglige tips for å skape økt matglede for våre pasienter og brukere.



- Nyansatte skal så tidlig som mulig gjennomføre E-læringsprogrammet «Velkommen til bords», og få gjennomgang av screeningverktøy og interne rutiner.
- Pårørende skal oppfordres til å gjennomføre E-læringsprogrammet «Velkommen til bords», slik at vi kan oppnå en felles forståelse med pårørende om hvordan og hvorfor vi arbeider systematisk med ernæring.

Ansvarlig: Ernæringsgruppen



«Ernæringstrappen – en modell for å belyse ulike tiltak som er nødvendige og mulige for å sikre riktig kosthold og ernæring for den enkelte pasient»

#### **Tiltak IV**

#### **Ernæringsgruppe**

Målet med opprettelsen av egen ernæringsgruppe for virksomhet Helse er å skape bedre samhandling mellom enheter og skape en tverrfaglig forståelse for viktigheten av arbeidet med ernæring.

- Ernæringsgruppen skal avholde regelmessige møter hvor sektorplanen for kosthold og ernæring revideres
- Ernæringsgruppen skal utarbeide og godkjenne retningslinjer og rutiner for alle aspekter av ernæring

- Ernæringsgruppen skal sørge for jevnlig bruk og pårørendeundersøkelser
- Ernæringsgruppen skal bidra til å bygge opp det interne opplæringsprogrammet som er beskrevet i tiltak III.
- Ernæringsgruppen skal bestå av en person fra hver enhet i virksomheten.

Ansvarlig: Virksomhetsleder Helse

### ***Tiltak V***

#### **Økt livsglede gjennom et matkulturelt årshjul**

Målet med dette tiltaket er å skape gode rutiner og holdninger for å ivareta de muligheter vi har til å sette mat i økt fokus for pasientene utover grunntilbudet. Med det menes alt fra små enkeltstående merkedager som «Fårikålens dag» til større høytider som jul og påske.

I tillegg til dette skal virksomheten ha fokus på andre muligheter hvor kjøkkenet kan bidra til å skape en god opplevelse for våre pasienter for eksempel i form av servering ved små og store utflukter, festaftener på sykehjemmet, sesongbaserte menyer og interne aktiviteter med mat i fokus. Dette arbeidet vil i hovedsak planlegges av kjøkkenet, men det vil bli samhandling med enhetsledere, pleiepersonell og aktivitør for planlegging og gjennomføring.

Ansvarlig: Enhetsleder Service



«Middag på Nannestad sykehjem»

### **Linker**

Nasjonale faglige retningslinjer for forebygging og behandling av underernæring:

<https://helsedirektoratet.no/Lists/Publikasjoner/Attachments/916/Nasjonal-faglig-retningslinje-for-forebygging-og-behandling-av-underernering-IS-1580.pdf>

Kosthåndboken:

<https://helsedirektoratet.no/Lists/Publikasjoner/Attachments/51/Kosthaandbok-en-IS-1972.pdf>

Velkommen til bords:

<http://www.velkommentilbords.no/>

Pasientsikkerhetsprogrammet:

<http://www.pasientsikkerhetsprogrammet.no/om-oss/innsatsomr%C3%A5der/ern%C3%A6ring>

Helsedirektoratet – Ernæring, mat og måltider i sykehjem:

<https://helsedirektoratet.no/sykehjem-og-hjemmetjenester/ernering-mat-og-maltider-i-sykehjem>

Regjeringen - Sunt kosthold, måltidsglede og god helse for alle!:

[https://www.regjeringen.no/contentassets/fab53cd681b247bfa8c03a3767c75e66/handlingsplan\\_kosthold\\_2017-2021.pdf](https://www.regjeringen.no/contentassets/fab53cd681b247bfa8c03a3767c75e66/handlingsplan_kosthold_2017-2021.pdf)