



ÄLDREFÖRVALTNINGEN
AVDELNINGEN FÖR UPPFÖLJNING OCH INSPEKTION

2013

Måltidssituationen på vård- och omsorgsboenden inom Stockholms stad

En observationsstudie



Innehållsförteckning

Sammanfattning	4
Inledning	5
Bakgrund	5
Syfte	5
Mål	5
Metod	6
<i>Dataanalys</i>	6
<i>Avgränsning</i>	6
<i>Etiska överväganden</i>	7
Tillvägagångssätt	7
Resultat	8
<i>Basuppgifter</i>	8
<i>Måltidsordning</i>	8
<i>Måltidsmiljö</i>	9
<i>Delaktighet och meningsfullhet</i>	10
<i>Självbestämmande</i>	11
<i>Individualisering</i>	13
<i>Välbefinnande</i>	13
<i>Trygghet</i>	14
<i>Måltidsstöd</i>	15
Återföring till enheterna	17
Goda exempel	17
Bifynd	18
Diskussion och slutsatser	18
Referenser	19

SAMMANFATTNING

För andra gången sedan hösten 2011 genomför äldreförvaltningen en observationsstudie av mat och måltidssituationen på ett urval av vård och omsorgsboenden för äldre personer inom Stockholms stad. Observationsstudiens övergripande syfte är att se om de satsningar som Stockholms stad har genomfört inom området mat och måltider har haft effekt i verksamheterna. Målet med studien är att bekräfta gott arbete, sprida goda exempel samt att påvisa eventuella utvecklingsområden.

Resultatet visar att personalen bemöter de äldre på ett mycket inکännande, värdigt och respektfullt sätt för att måltiden ska bli en trevlig stund. Alla äldre i studien får den hjälp och stöttning de behöver under måltiden. Måltidsmiljön är i större utsträckning mer rofylld och mellanmål serveras i större omfattning jämfört med resultaten från observationsstudien 2011.

Det som kan bli bättre är de äldres möjligheter till delaktighet och meningsfullhet, det vill säga att få vara delaktig i förberedelser av måltider, planera och tillreda maten. Även äldres möjligheter till självbestämmande kan bli bättre. Att personalen presenterar måltiden innan servering och låter de äldre som kan själva få ta för sig mat, möjliggör att de äldre får bestämma vad och hur mycket mat de vill ha.

Generellt sett visar studien att det behövs regelbunden handledning och genomgång av sittställningar och hjälpmedel av sjukgymnast/ arbetsterapeut på enheterna.

För att uppnå en god måltidskvalitet inom äldreomsorgen krävs en drivande ledning som skapar förutsättningar för utveckling.

Utbildning, riktlinjer och information riktad till personalen är en bit på vägen men inte tillräckligt för att få till ett förbättringsarbete. Det behövs att ett helhetsgrepp tas om mat och måltider, med löpande handledning och kontinuerlig utvärdering, för att få till en utveckling.

INLEDNING

Mat och måltider har en central betydelse för de flesta av oss och kan förutom att ge livsavgörande energi och härliga smakupplevelser, även främja välmående. Så är det naturligtvis också för våra äldre inom äldreomsorgen. Det är därför viktigt att de måltider som serveras i äldreomsorgen dels håller hög kvalitet och är säkra men också är anpassad efter de äldres egna behov, vanor och önskemål.

Sedan 2007 har maten och måltiden varit ett prioriterat område inom Stockholms stads äldreomsorg vilket bland annat resulterat i framtagande av en kostpolicy för Stockholms stads äldreomsorg, som antogs av kommunfullmäktige den 7 april 2008 (DNR 327-4347/2007). Utifrån kostpolicyen har äldreförvaltningen utarbetat råd och rekommendationer i handboken *Mat för äldre*. Som komplement till handboken har också en pärm utarbetats, *Verktyg för mat och måltider*, med information och konkreta tips om exempelvis planering och kvalitetssäkring av verksamheternas arbete med mat och måltider. Till dessa båda dokument finns även en interaktiv utbildning framtagen för alla medarbetare. Äldreförvaltningen har via koststrategier även haft en rådgivande funktion gentemot stadens ledning och personal, med fokus på kvalitets- och servicetänkande.

I och med dessa satsningar har medarbetare inom Stockholms stad fått förbättrade kunskaper inom området mat och måltider. Förbättringsarbetet fortgår i oförminskad skala då mat och måltider är ett fortsatt prioriterat område.

BAKGRUND

För att kartlägga kvaliteten på mat och måltidssituationer på vård- och omsorgsboenden genomförde äldreförvaltningen en observationsstudie på 23 vård- och omsorgsboenden under hösten 2011. Syftet med studien var att se hur måltidssituationer genomförs i olika stadsdelar och inom olika regiformer samt att påvisa utvecklingsområden. Utifrån de utvecklingsområden som framkom beslutade äldreförvaltningen att ge Stiftelsen Äldrecentrum i uppdrag att planera för och genomföra inspirationseminarier och nätverksträffar för chefer på vård- och omsorgsboenden. Syftet var att inspirera till fortsatt utveckling inom området mat och måltider genom att bland annat presentera goda exempel som inspiration.

Under 2012 påbörjade äldreförvaltningen arbetet med att genomföra samma typ av observationsstudie inom mat och måltider, vilket genomfördes den 18 februari 2013 och beskrivs i denna studie.

SYFTE

Det övergripande syftet med att granska kvaliteten på mat och måltidssituationer är att se om Stockholms stads satsningar inom området mat och måltider har haft effekt i verksamheterna.

Inom ramen för studien granskas även om Stockholms stads värdegrund för äldreomsorgen har gett avtryck i hur mat- och måltidssituationen genomförs i vård och omsorgsboenden.

Äldreomsorgen i Stockholm stad ska präglas av självbestämmande, individualisering och valfrihet. Utformningen av det stöd som ges ska inriktas på att äldre personer får leva ett värdigt liv och känna välbefinnande, trygghet och meningsfullhet.

MÅL

Studien ska leda till att bekräfta gott arbete, sprida goda exempel samt att påvisa eventuella utvecklingsområden.

METOD

Studien bygger på en empirisk observationsstudie utifrån ett standardiserat observationsformulär, med utgångspunkt från rutiner, arbetssätt, måltidsmiljö och personalens bemötande av de äldre. Observationsformuläret är i stort sett samma som användes vid måltidsobservationerna 2011, med undantag för några ändrade frågor. De frågor som inte direkt svarar på syftet har tagits bort och frågor om säkerhet, det vill säga sittställningar, matningsteknik etc. har lagts till.

Deltagande observation är en kvalitativ metod som givetvis är beroende av observatörens iakttagelseförmåga, vilket därför inbegriper en viss del av subjektiv tolkning samt bedömning utifrån observatörens egna referensramar. Vissa observationer är dock rena konstateranden såsom exempelvis måltidsmiljö, hur maten serveras, sittställningar etc.

Studien baseras enbart på de specifika måltider som observerats under en dag på 20 enheter och gör därför inte anspråk på överförbarhet i någon strikt kvantitativ mening. Det är därför inte möjligt att dra några faktiska slutsatser om hur måltiderna på en viss enhet i allmänhet genomförs. Däremot kan vissa aspekter som iakttagits under observationerna sannolikt antas vara representativa även för andra måltider under liknande omständigheter på respektive enhet. En sådan aspekt kan exempelvis vara måltidsmiljön som får förmodas vara representativ. Det är också troligt att måltidsarbetets upplägg och genomförande kan vara representativt, då det troligtvis utfördes på ett sätt man vanligtvis ”brukar” göra. Det är med andra ord mindre sannolikt att man just under observationen plötsligt utfört måltidsarbetet på ett helt nytt sätt.

Ambitionen har varit att observatörens närvaro inte ska ha inverkat på situationen, eftersom målet var att få en så autentisk och representativ bild av måltidssituationen som möjligt. Det går dock inte att utesluta att personalen som arbetade under observationen ibland utfört sina arbetsuppgifter annorlunda än annars, medvetet eller omedvetet.

Även om studien baseras på en dagsbild över måltidssituationen på ett fåtal boenden är det ändå troligt att det sammanvägda resultatet ger en riktning i hur måltidssituationer genomförs på vård- och omsorgsboenden inom Stockholms stad, även om variationer självklart förekommer.

Dataanalys

Insamlad data (observationsformulär) har sammanställts och analyserats genom analytisk induktion, det vill säga utan återkoppling till teori. Jämförelser har gjorts med resultaten från måltidsstudien 2011, för att kunna påvisa om någon utveckling skett i måltidsfrågan. Då årets data inte inhämtats av samma observatörer och på samma enheter som 2011 är resultaten inte helt jämförbara, men kan ändå ge en riktning i hur långt man kommit i utvecklingsarbetet inom mat och måltider i äldreomsorgen.

Avgränsning

Då det inte var möjligt att göra en totalundersökning gjordes ett selektivt urval av vård- och omsorgsboenden utifrån geografiskt läge och regiform. Såväl verksamheter inom egen regi som på entreprenad från samtliga stadsdelar ingår i studien. De verksamheter som ingick i måltidsstudien 2011 undantogs i årets urval.

Observatörerna har inte genomfört granskningar på individnivå med anledning av sekretessregler som inte medger journalgranskningar utan samtycke. Det har därför inte granskats om måltiderna är behovsanpassade utifrån individuella bedömningar.

Observatörerna har endast granskat måltidssituationerna i enheternas allmänna utrymmen. Måltider som intogs enskilt i de äldres lägenheter har därför inte observerats.

Etiska överväganden

Observationerna har skett på viss distans för att inte störa ordningen eller skapa oro. Ambitionen har varit att observatörens närvaro inte ska ha inverkat på situationen. Personalen på enheterna har varit behjälpliga med att hänvisa observatörerna till lämplig placering i lokalen.

TILLVÄGAGÅNGSSÄTT

Samtliga stadsdelsnämnder och chefer för entreprenader underrättades under januari 2013 om att äldreförvaltningen planerade att genomföra oanmälda måltidsobservationer på ett urval av vård- och omsorgsboenden inom Stockholms stad, under våren 2013.

En nätverksgrupp bestående av kvalificerade medarbetare inom äldreomsorgen från olika stadsdelar sammansattes tillsammans med äldreförvaltningen för uppdraget. En halvdagsutbildning anordnades för observatörerna i nätverksgruppen i metodhandledning och tillvägagångssätt, för att säkra likabedömning av observationerna.

Den 18 februari 2013 genomfördes observationsstudien på sammanlagt 20 vård- och omsorgsboenden mellan klockan 11.00 och 18.00 (fyra bortfall på grund av sjukdom). De måltider som bedömdes vara aktuella för observation var lunch, eftermiddagsmål och middag, eftersom dessa måltider vanligtvis serveras i mer tidsorganiserad form än frukost, förmiddagsmål och kvällsmål.

Muntlig och skriftlig information om måltidsstudien lämnades till personal, boende och anhöriga vid respektive enhet i anslutning till observatörens ankomst.

Observatörens roll var passiv, vilket i praktiken innebär att från sidan iaktta det som händer. Granskningen skedde utifrån de strukturerade frågorna i observationsformuläret. Observatörerna inhämtade uppgifter från två olika medarbetare om enheternas måltidsordning och tillvägagångssätt för frukost och kvällsmål, då detta inte observerades.

Samtliga enheter har fått muntlig och skriftlig återkoppling av eget resultat från respektive observatör, vad de gör bra och vilka utvecklingsmöjligheter de har på kort och längre sikt.

Nätverksgruppen har haft återträff för att ta del av resultaten och utvärdera metoden samt för att diskutera angelägna frågor som väckts under studiens genomförande.

RESULTAT

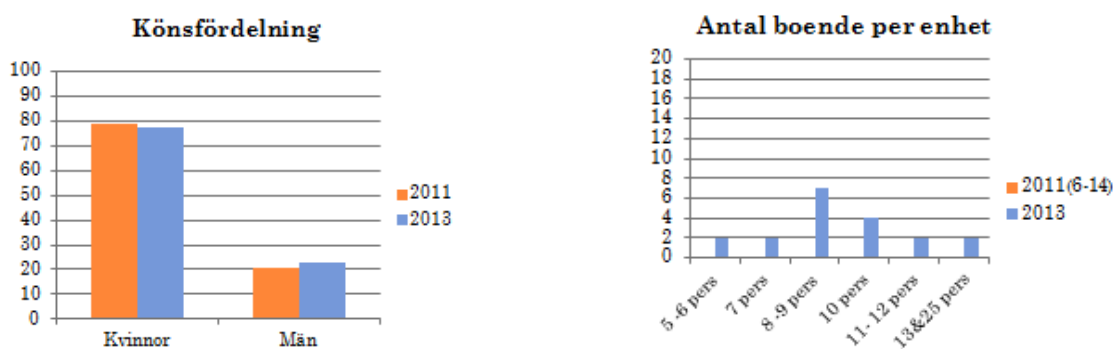
Nedan presenteras resultaten av de olika frågeställningarna från observationsformuläret i stapeldiagram, antal enheter i procent i jämförelse med 2011 års resultat. Innan stapeldiagrammet redogörs kort för vad som rekommenderas i frågan. Direkt efter/under stapeldiagrammen redovisas resultatet.

Rapportens disposition utgår till stor del från ledorden i Stockholms stads värdegrund.

Basuppgifter

I studien ingår 20 vård och omsorgsboenden, varav nio verksamheter i egen regi och elva verksamheter på entreprenad.

Av de enheter som observerades var det sex enheter med somatisk inriktning och 14 enheter med demensinriktning.



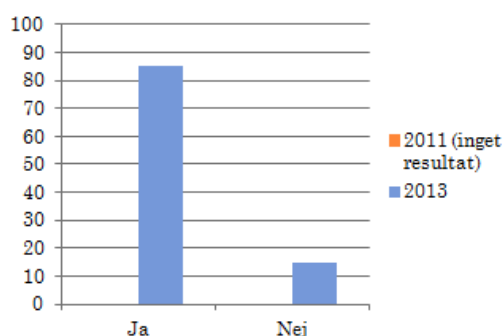
Totalt var det 203 antal boende på enheterna, varav 47 var män. Det går inte att se om det är några skillnader i måltidskvaliteten mellan män och kvinnor, då bedömningen utgår från helheten, samtliga boende på enheten.

Majoriteten av enheterna har 8-9 boende. Det förekom också två enheter med 5 respektive 25 boende. I jämförelse mellan de två enheterna visade det sig föga förvånande att den mindre enheten bedömdes ha högre kvalitet inom vissa delar som exempelvis delaktighet i förberedelser av måltider, genomtänkt bordsplacering, hjälp att inta rätt sittställning och få maten presenterad muntligt.

Måltidsordning

Svenska livsmedelsverket betonar att det är viktigt att måltiderna sprids över så stor del av dygnet som det är praktiskt möjligt. Måltider bör erbjudas vid minst sex tillfällen under dygnet, fördelat på tre måltider och tre mellanmål, varav ett på kvällen. Att måltider fördelas jämt över dygnet innebär inte att alla bör äta vid samma tidpunkt. En enskild persons önskemål om lite senare frukost eller nattmål bör alltid kunna uppfyllas. Samtidigt är det viktigt att sprida måltiderna och mellanmålen över dygnet, så att måltiderna inte sker för tätt. Nattfastan bör inte överstiga 11 timmar.

Fördelas måltiderna jämt över dygnet?



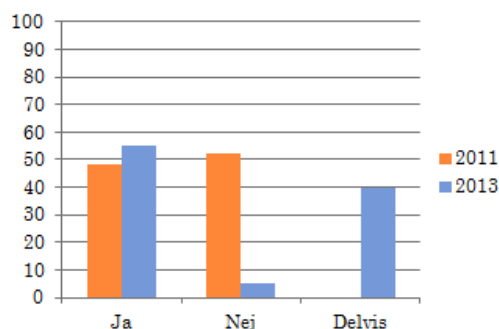
Livsmedelsverkets rekommendationer

Måltid	Tider	Energifördeln.
Frukost	07.00-08.30	15-20 %
Mellanmål	09.30-10.30	10-15 %
Lunch	11.00-13.00	20-25 %
Mellanmål	14.00-15.00	10-15 %
Middag	17.00-21.00	20-25 %
Kvällsmål	20.00-21.00	10-20 %

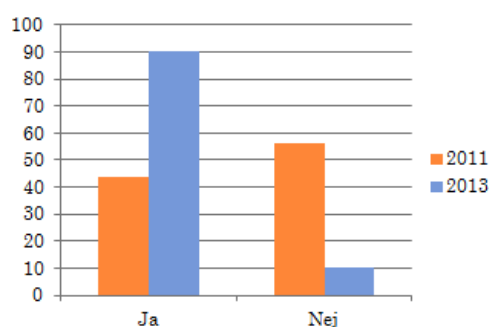
En övervägande majoritet av enheterna har bra rutiner och struktur för måltidernas ordning. De enheter som observatörer bedömt inte har jämn måltidsordning hade inte fastställda rutiner avseende individuell måltidsordning för mellanmål.

Mellanmålen är särskilt viktiga för äldre. Tillsammans utgör mellanmålen ungefär en tredjedel av dagens behov av energi och näringsämnen. Det är därför viktigt att enheterna erbjuder minst tre mellanmål varje dag.

Erbjuds alla äldre mellanmål under förmiddagen?



Erbjuds alla äldre mellanmål under eftermiddagen?



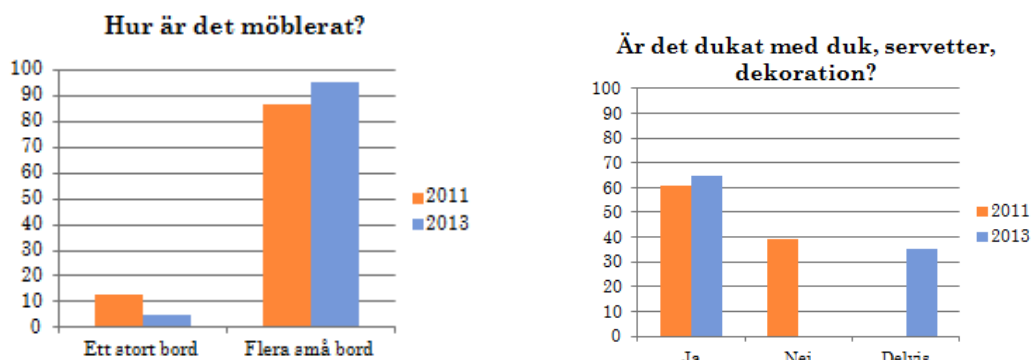
Av resultatet kan man se att det totalt sett har skett en förbättring av mellanmålen då många fler observatörer svarade nej på frågorna 2011. Där observatörerna har svarat delvis saknas struktur/rutin avseende mellanmål för äldre som vaknar tidigt respektive senare. Exempelvis erbjuder några enheter bara förmiddagsmål ibland, till dem som ätit frukost tidigt eller de som särskilt uttrycker önskemål om det. De som inte själva kan uttrycka önskemål kan dock vara de som är mest törstiga eller i störst behov av förmiddagsmål.

Enheterna är bättre på att erbjuda eftermiddagsmål. En trolig orsak till det kan vara att eftermiddagsmål oftast sker mer tidsorienterat då lunchen har en fastlagd tid. Två enheter serverar inte eftermiddagsmål. På en enhet serveras fika direkt efter lunchen och på den andra serveras eftermiddagsmål endast om någon är orolig eller uttrycker önskemål om det.

Måltidsmiljö

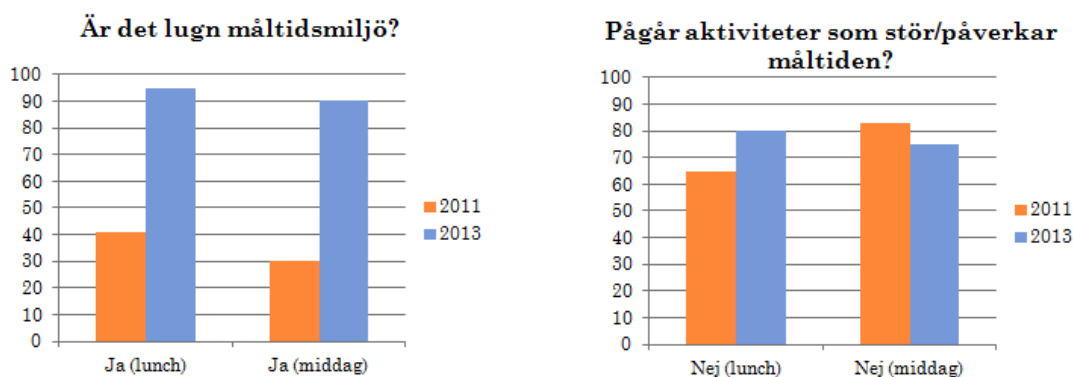
Måltidsmiljön är viktig då den kan främja ett ökat välbefinnande och ökat matintag. Resultat från tidigare studier påvisar att när måltidsmiljön är inbjudande smakar också maten bättre. Detta baseras främst på studier som ur olika perspektiv beskriver upplevelsen av måltiden, men också på de fåtal studier där man undersökt vilka förändringar som skett hos de äldre när man förändrat måltidsmiljön.

Matsalens utformning, möblering och belysning är faktorer som påverkar helhetsintrycket av måltiden. Matsalen kan med fördel vara inrett med flera mindre bord. Hur man dukar bordet och lägger upp maten påverkar också helhetsomdömet.



På samtliga enheter, utom en, är matsalen möblerad med flera mindre bord för att möjliggöra genomtänkta bordsplaceringar. På enheter med somatisk inriktning är det i större utsträckning trevligare dukat, vilket kan bero på att man på demsenheter behöver anpassa dukningen efter sjukdomssymptom. Det är svårt att med säkerhet säga om det skett någon utveckling i frågan om dukning då nejsvaren 2011 kan ha inneburit delvis, vilket var möjligt att svara i årets observationsformulär, om inte alla efterfrågade komponenter fanns med.

Ljudmiljön är ytterligare en bidragande faktor till hur måltiden upplevs. Radio, TV och maskinell utrustning bör vara avslagen för att skapa lugn och ro. Vissa studier säger dock att lugn musik under måltiden kan ha en lugnande inverkan på måltidssituationen, speciellt för demenssjuka.



Resultatet påvisar att så gott som samtliga enheter har lugn måltidsmiljö. Där måltidsmiljön bedömts som mindre bra har personalen varit stressad och mycket ”spring” förekom på grund av att många äldre var i behov av hjälp (en enhet lunch och två enheter middag).

På de allra flesta enheter är radio och TV avstängda under måltiden och personalen väntar med disken tills alla har ätit färdigt. På två enheter stod dock TV:n på och på två andra enheter förekom slammer med disk.

I det stora hela kan man utläsa att det är lugnare måltidsmiljö och mindre inslag av störande aktiviteter än vid måltidsstudien 2011.

Delaktighet och meningsfullhet

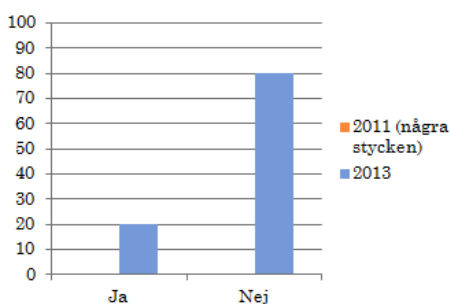
För många äldre kan det vara viktigt för livskvaliteten att få vara delaktig i förberedelser av måltider, planera och laga maten. Det finns ingenting i lagstiftningen som säger att äldre inte

kan delta i förberedelser och matlagning i köket, så länge basala hygienföreskrifter och livsmedelshygien följs och det sker under säkra förhållanden.

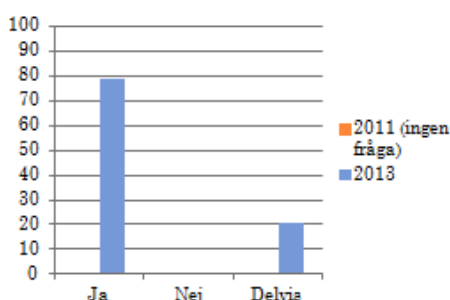
Bordsplaceringen bör vara genomtänkt så att exempelvis de äldre som kan uttrycka sin vilja får sitta tillsammans med bordsgrannar som de själv valt att sitta tillsammans med. Om man äter tillsammans med människor som man trivs med bidrar det till en trevlig upplevelse som ökar både aptit och välbefinnande.

Personalens bemötande och servicegrad är också viktiga faktorer för upplevelsen av måltiden. Det är också viktigt att personalen presenterar maten inför måltiden så att de äldre vet vad som finns att välja på.

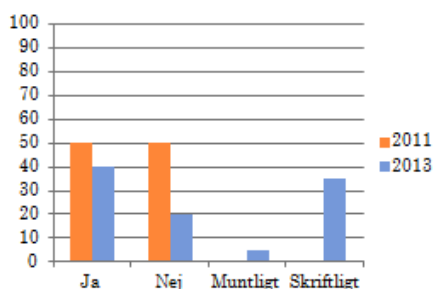
Uppmuntrar personalen de äldre att delta i förberedelserna av måltiden?



Är bordsplaceringen genomtänkt?



Presenteras maten som serveras muntligt/skriftligt?



Endast fyra enheter, samtliga med demensinriktning, erbjuder och uppmuntrar de äldre att delta i förberedelserna inför måltiderna. Flera observatörer vittnar dock om att det skulle vara möjligt på många fler enheter i någon mån.

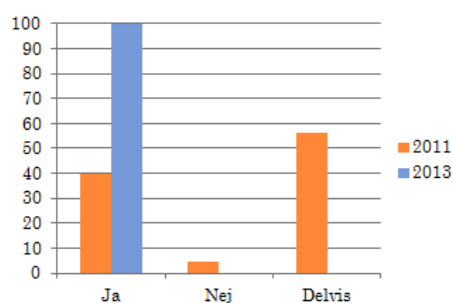
På åtta enheter presenteras maten muntligt och skriftligt till lunch och på fyra enheter presenteras måltiden varken muntligt eller skriftligt. På sju enheter presenteras maten endast skriftligt och på en enhet presenteras maten endast muntligt.

Entreprenader har genomgående bättre resultat på delaktighet och meningsfullhet än egen regi.

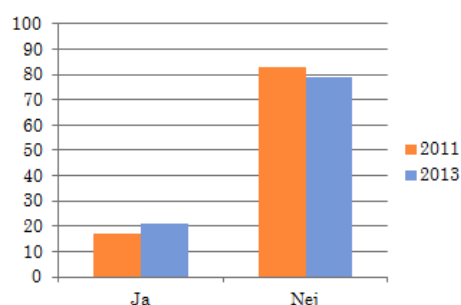
Självbestämmande

Äldre har rätt till inflytande och självbestämmande över sin situation, det gäller även vid mat och måltidssituationer. Att öka de äldre självbestämmande innebär till exempel att personalen är lyhörd och aktivt efterfrågar de äldres egen vilja samt anpassar maträtter och måltidsmiljö därefter. Måltiden bör serveras på uppläggningsfat och i karotter, så att de äldre som själva kan få ta för sig. Det är viktigt såväl för aptiten och självkänslan som bevarande av fysiska funktioner.

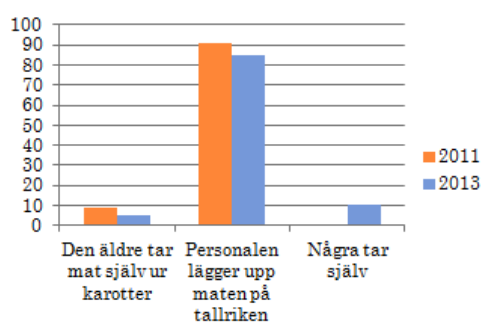
Får den äldre välja själv vad han/hon vill äta till frukost?



Serveras frukostbuffé?



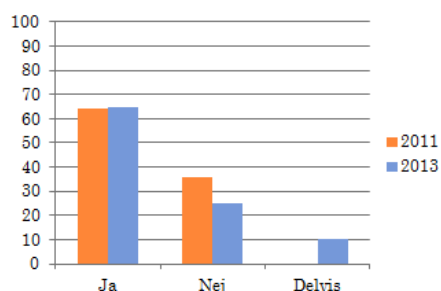
Hur serveras lunchen?



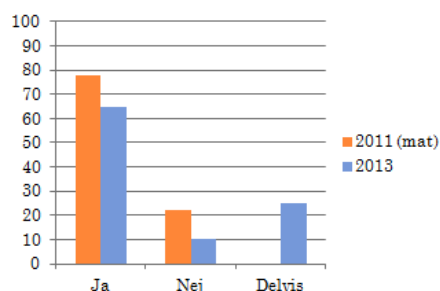
Får den äldre bestämma hur mycket mat som läggs på tallriken?



Får den äldre välja måltidsdryck?



Erbjuds påfyllning av mat och dryck?



På samtliga enheter får de äldre välja vad de vill äta till frukost. På fyra enheter dukas frukostbuffé, så de som kan får ta för sig själva. Endast en enhet har infört karottsystem, det vill säga att den äldre själv får ta för sig av maten. Ingen av enheterna med somatisk inriktning har karottsystem, trots att det enligt observatörerna hade varit möjligt vid åtminstone några av borden. På en demensenhet har man tidigare provat karottsystem, vilket inte fungerade för de boende enligt personalen.

Ingen av de äldre på de somatiska enheterna får bestämma hur mycket mat som ska läggas upp på tallriken. På fyra av demensenheterna får de äldre bestämma hur mycket mat de vill ha till lunch. Till middag får de äldre bestämma i större utsträckning då de tillfrågas på sju enheter.

På 13 av enheterna erbjuds de äldre påfyllning av mat och dryck. På två enheter erbjöds inte påfyllning, på fem enheter tillfrågades bara några stycken och på en enhet tillfrågades det endast om påfyllning av dryck.

På 12 enheter får den äldre välja måltidsdryck, på sju enheter tilldelar personalen måltidsdryck och på en enhet tillfrågades vissa äldre vad de ville dricka.

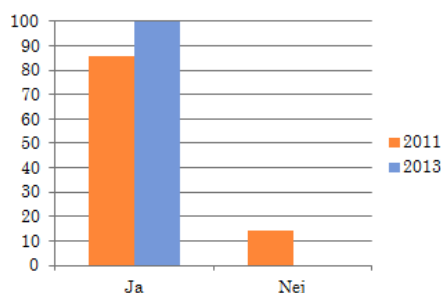
Enheter inom egen regi har genomgående något bättre resultat på självbestämmande än entreprenader.

Individualisering

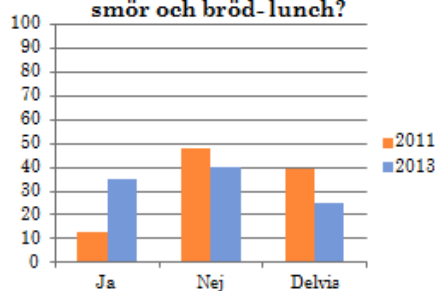
Individuella måltidsbehov utifrån medicinska, etiska, kulturella och religiösa skäl ska tillgodoses i möjligaste mån.

Det är viktigt att den äldre får maten individuellt kryddad efter tycke och smak. Det är också viktigt att respektera att inte alla människor vill äta tillsammans med andra. För vissa kan det vara önskvärt att inta måltiden i enskildhet.

Erbjuds den äldre att äta frukost enskilt?



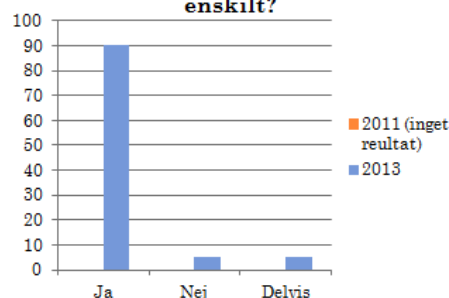
Är det dukat med kryddor, dryck, smör och bröd-lunch?



Erbjuds den äldre att inta lunchen enskilt?



Erbjuds den äldre att inta middagen enskilt?



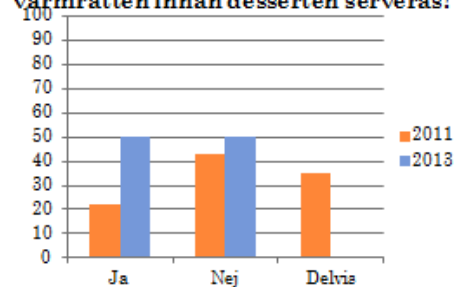
Resultatet visar att enheterna i mycket stor utsträckning tillgodoser de äldres önskemål om att inta sin måltid i enskildhet. Samtliga önskemål tillgodoses till frukost och övervägande majoritet till lunch (18 ja, två nej och en delvis, den som uttrycker önskan).

Det är i större utsträckning dukat med kryddor, dryck etc. vid bordet på de somatiska enheterna (ett nejsvar) än demensenheterna. En trolig förklaring till det kan vara att demenssjuka inte kan hantera att ha kryddor etc. inom räckhåll, på grund av sjukdomssymptom. Det totala resultatet är dock bättre i jämförelse med 2011.

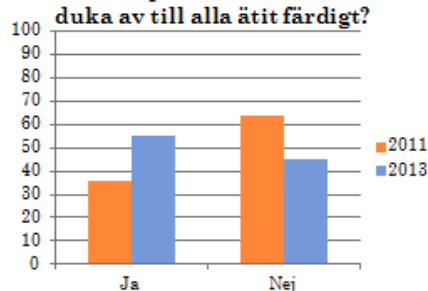
Välbefinnande

Som personal kan man bidra till att den äldre får en bra måltidsupplevelse genom att exempelvis arbeta strukturerat före, under och efter måltiden för att minska spring och stress. Att inta pedagogiska måltider tillsammans med de äldre är inte bara stämningshöjande utan kan även underlätta självständighet för demenssjuka som då kan härma ett invant beteende. Denna metod kallas för ”spegling” och är en vedertagen metod inom demensvården.

Väntar personalen in att alla ätit klart varmrätten innan desserten serveras?



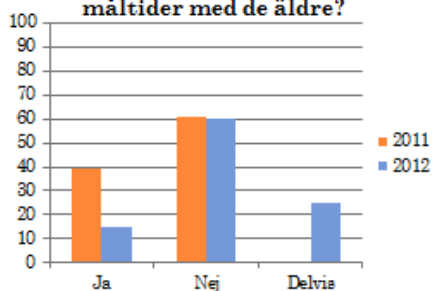
Väntar personalen med att duka av till alla ätit färdigt?



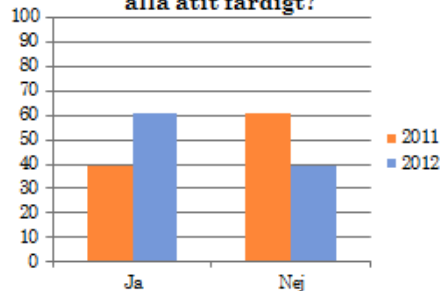
Svaren på dessa frågor indikerar att verksamheterna har utvecklats i frågan om att vänta in de äldre jämfört med 2011. Att inte alla äldre väntas in kan vara en avvägning som personalen gör för att majoriteten inte ska behöva sitta och vänta på någon som behöver extra tid. Det behöver därför inte vara negativt med några nejsvar.

Personalen bör sitta tillsammans med de äldre vid borden för att uppmuntra till och delta i vardagssamtal. Livsmedelsverket tillkännager att olika studier på äldreboendeboenden visar att sociala interaktioner och socialt engagemang under måltiden ökar välbefinnandet, ger ett högre BMI, mindre vikt förlust och förbättrad aptit.

Intar personalen pedagogiska måltider med de äldre?



Sitter personalen kvar tills alla ätit färdigt?

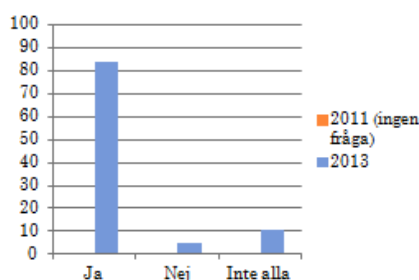


Det går inte att påvisa om någon utveckling skett i frågan om pedagogiska måltider, då nejsvaren är i stort sett samma som för 2011. Observatorerna har bedömt ”delvis uppfyllt” om personalen endast suttit ned och ätit en kort stund, kommit från en annan enhet och ätit eller endast ätit en smörgås, då det frångår syftet med pedagogisk måltid. Man kan dock se att personalen sitter ned med de äldre i högre utsträckning än 2011.

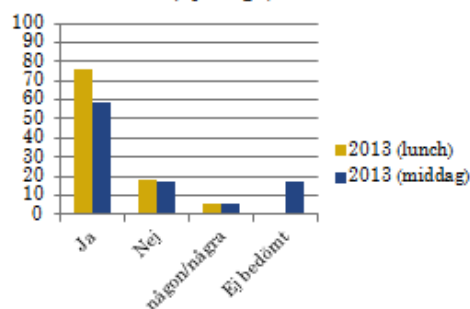
Trygghet

Det är viktigt att man på enheterna kontinuerligt går igenom de äldres sittställningar i nära samarbete med verksamhetens sjuksköterska, arbetsterapeut, dietist och liknande. De äldre behöver sitta upprätt och tillräckligt nära bordet för att måltiden ska bli säker och ge kroppen stöd för att orka utföra aktiviteten. Om det är möjligt är det att föredra att den äldre som sitter i rullstol överflyttas till vanlig stol, då det ger en bättre sittställning. Det är viktigt att den äldre har båda fötterna på golvet för att sitta stadigt och stabilt och armarna kan läggas på bordet för att ge extra stöd. Att sitta rakt eller lite framåtlutat är att föredra då det kan underlätta sväljningen och minska risken för att sätta i halsen.

Får den äldre hjälp att inta rätt sittställning för måltiden?



Får de äldre i komfortrullstol hjälp att inta rätt sittställning för måltiden? (ny fråga)

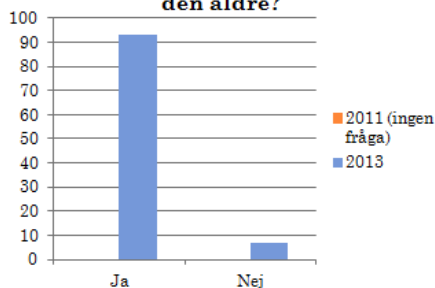


Av resultaten kan utläsas att de allra flesta äldre fick hjälp att inta rätt sittställning inför måltiden. De observatörer som svarat nej har gjort det med anledning av att de äldre inte tillfrågades om de ville flytta över från rullstol till vanlig stol och därför fick sitta kvar i rullstolen. På tre av enheterna korrigeras inte sittställning för de äldre som satt i komfortrullstolar och på en enhet korrigerades endast några komfortrullstolar. Där observatörer svarat ej bedömt har de äldre i komfortrullstol intagit måltiden i egen lägenhet.

Flera observatörer har rekommenderat enheterna att sjuksköterska, sjukgymnast och arbetsterapeut bör vara med vid måltiderna med viss regelbundenhet för att se över nutrition, ätsväljproblematik, sittställningar samt behov av hjälpmedel.

Att kunna äta själv hänger intimt samman med självkänslan. De äldre bör därför alltid uppmuntras att äta själv, även om det bara blir en tugga vid varje måltid. Att mata kräver yrkesskicklighet och ska därför inte överlåtas till rutinerad personal utan att denne har fått träning och utbildning i att mata. Personalen bör använda långsamma rörelser och invänta sväljning. Matning får inte ske i för snabb takt då det kan öka risken att sätta i halsen.

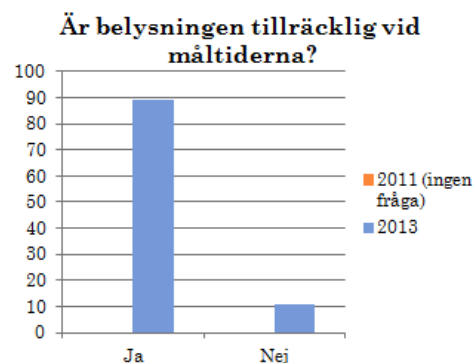
Sker matningen i rätt takt för den äldre?



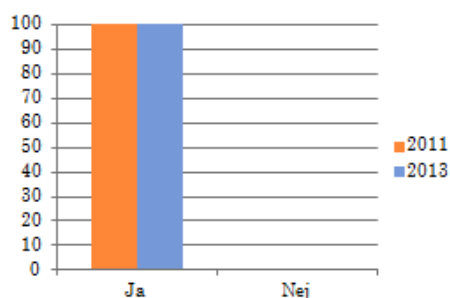
Överlag sker matning i rätt takt och på ett lugnt och respektfullt sätt. På en enhet har observatören bedömt att matningen gick alldeles för fort och på en annan enhet har observatören noterat att de äldre hostar, vilket eventuellt kan bero på för snabb matningstakt.

Måltidsstöd

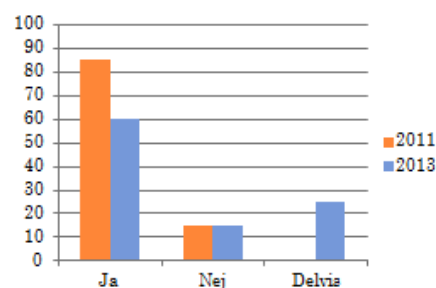
För äldre med kognitiva svårigheter eller synnedläggelse kan kontrastdukning underlätta självständighet i måltidssituationen. Principen är enkel, att framhäva det viktiga och dämpa det oviktiga. Äldre personer ser maten tydligare om man lägger ljus mat på blått eller rött porslin och om det samtidigt är riktad belysning över matbordet. Det är viktigt att personalen finns tillgänglig för de äldre när det uppstår situationer där de behöver assistens.



Får den äldre hjälp och stöttning vid behov?



Sitter personalen ner under tiden han/hon hjälper den äldre?



Kontrastdukning är inte helt lätt har det visat sig. Nio av observatörerna har svarat nej på frågan om det är kontrastdukat och sex av observatörerna har bedömt delvis, då det var osäkert om färgerna stod i tillräcklig kontrast till varandra.

18 av 20 enheter har bra belysning i matsalen, med riktad belysning över borden.

Samtliga observatörer bedömde att de äldre får den hjälp de behöver under måltiden, vilket är samma resultat som för 2011. På en enhet lämnades dock de äldre utan tillsyn under måltiden.

På 12 av enheterna sitter personalen ner under tiden de hjälper de äldre med måltiden. Fem av observatörerna har bedömt delvis (sitter inte ned hela tiden) och tre har svarat nej.

ÅTERFÖRING TILL ENHETERNA

Nedan redovisas gemensamma nämnare från observatörernas återföringsrapporter till enheterna, vanligast förekommande omdöme redovisas i fallande ordning.

Positivt – Vad gör verksamheten bra?	Utvecklingsområden- på kort sikt	Utvecklingsområden- på längre sikt
Lugn måltidsmiljö	Tydligare presentation av maten	Införa karottsystem
Personalen, bra, trevlig, lyhörd, lugn, kunnig, inkännande	Duka med tillbehör på bordet	Ökad utbildning i kost för äldre
Personalens bemötande	Öka de äldres delaktighet	Översyn av sittställningar
Varm stämning/atmosfär	Se över kontrastdukningen	Översyn av hjälpmedelsbehov
Möjlighet att välja mat/dryck	Inleda socialt samtal	Mer levande, deltagande miljö
Personalen för vardagssamtal	Möjlighet att lägga upp maten själv	Mer trivsamt måltidsmiljö
Tydlig struktur/rutin för måltid	Servera aptitretare	Införa pedagogiska måltider
Inbjudande miljö	Ökad möjlighet att välja mat & dryck	Översyn av intag av dryck och behov av mellanmål
Matning sker värdigt/respektfullt	Duka trevligt	Införa riktad belysning
Personalen sitter med de äldre	Erbjuda påfyllning av mat och dryck	Utvärdera måltidssituationen
Infört pedagogisk måltid	Se över de äldres sittställning	Införa frukostbuffé
Goda hygienrutiner	Se över behovet av hjälpmedel	Tillreda baslivsmedel själv
Hög personaltäthet	Se över matningsteknik	Inte lämna boende utan uppsikt

GODA EXEMPEL

Det som observatörerna lyft fram som goda exempel är framförallt personalen som bemöter de äldre på mycket inkännande, värdigt och respektfullt sätt samt skapar lugn och ro under måltiderna. (*Egen regi och entreprenad*)

En enhet har en köksansvarig, enligt rullande schema, vilket skapar en tydlig struktur och rutin för hela arbetslaget över vem som gör vad. Enheten har också infört pedagogiska måltider. (*Entreprenad*)

På en enhet lästes matsedeln upp för de boende och personalen förklarade maträttens alla komponenter. Personalen hade beställt så pass mycket mat av bägge rätter att de boende verkligen kunde välja vilken mat de ville ha. (*Entreprenad*)

En enhet har anställt en kvällsvärdinna som enbart arbetar med måltiderna, vilket skapat ett lugn på enheten samt möjliggjort att övrig personal helt kan koncentrera sig på omvårdnadsarbetet. (*Entreprenad*)

BIFYND

Elva av demensenheter i studien har sökt och beviljats medel för utökad bemanning och tre av dem har valt att använda medlen till ökad bemanning under måltider. De tre enheterna visade sig vid jämförelser med övriga enheter i studien överlag ha högre kvalitet på måltidssituationerna. En enhet tillämpar karotts-system, en annan har pedagogiska måltider. På en enhet har personalen på eget initiativ börjat steka potatisen istället för att bara värma den, vilket uppskattas mycket av de äldre. Samtliga av dessa tre enheter bedömdes ha rofyllda måltidssituationer där måltiden får ta tid och personalen samverkar i vardagssamtal under måltiderna. I brukarundersökningen för 2012 är det dock endast en av de tre enheterna som har förbättrat sitt resultat i måltidsfrågan, (med 19 procentenheter) för påståendet ”maten smakar bra”. Men då vet vi också att det oftast inte är de äldre själva som svarar på enkäterna.

Övervägande delen av observatörerna upplevde att det var långtråkigt och händelseöst på enheterna under eftermiddagen, vilket även några av de äldre uppgav. På några enheter satt inte personalen ned med äldre under eftermiddagsfikat. Några observatörer lämnade då sin passiva roll under eftermiddagen för att integrera med de äldre i samtal och annan aktivitet.

DISKUSSION OCH SLUTSATSER

Den sammanvägda bilden från studien visar att det finns stora skillnader avseende kvalitet och innehåll i måltidssituationer på vård- och omsorgsboenden inom Stockholms stad. Skillnaderna kan bestå i lokalernas standard och utformning, personalens fallenhet och ledningens förmåga att bedriva utveckling.

Slutsatser som kan dras av studien är att det är viktigt att verksamheterna identifierar och tydliggör vad som behöver förändras i vardagen, för att höja kvaliteten på måltidssituationerna. För om man inte identifierar brister kan man inte heller korrigera dem. För utveckling i måltidsfrågan behöver verksamheterna även kontinuerligt utvärdera de äldres måltidssituation, för att kunna påvisa effekter. För om man inte identifierar framgångar kan man inte heller lära av dem (genombrottsmetod).

Det är också viktigt att gemensamma värderingar och mål är förankrade i hela arbetsgruppen och att personalen ges förutsättningar för ett förbättringsarbete på enheten. För att lyckas i arbetet med att förbättra de äldres måltidssituation är det absolut nödvändigt med en engagerad chef som tycker att mat och måltidsfrågan är viktig för de äldres välbefinnande och hälsa. Utbildning och information är inte tillräckligt för att få till stånd ett förbättringsarbete, det krävs både mer interaktiva inslag och löpande handledning. En chef som förstår vikten av sin egen delaktighet i förbättringsarbetet skapar energi och drivkraft hos personalen. Om personalen har det bra och känner uppskattning skapar det en positiv atmosfär som sprider sig till de äldre.

Generellt visar studien också att det behövs regelbunden handledning och översyn av sittställningar och hjälpmedel av sjukgymnast/arbetsterapeut på enheterna.

Det kan konstateras att de satsningarna som gjorts inom måltidsområdet i det stora hela lett till en mera inbjudande och rofylld måltidsmiljö på enheterna. Dock återstår en del arbete med att ytterligare höja kvaliteten på måltidssituationerna. Det som kan bli bättre är de äldres möjligheter till delaktighet och meningsfullhet, det vill säga att få vara med i förberedelser av måltider, planera och tillreda maten. Även äldres möjligheter till självbestämmande kan bli

bättre. Att personalen exempelvis presenterar måltiden innan servering och låter de äldre som kan själva ta för sig mat, medför att de äldre får bestämma vad de vill äta och hur mycket mat de vill ha. Självbestämande och delaktighet är två av ledorden i värdegrunden vilket enheterna förväntas ha arbetat med att implementera inom alla områden i äldreomsorgen.

De utvecklingsmöjligheter som framkommit i studien är förmodligen inte unika för de observerade enheterna, de finns säkerligen inom andra verksamheter. Tanken är att rapporten kan ge inspiration och uppslag i det fortsatta och angelägna utvecklingsarbetet inom mat och måltider, på samtliga vård och omsorgsboenden.

REFERENSER

Hjälpmiddelsinstitutet: ”Äldre och matsituationen- om att äta och dricka på ett säkrare sätt”. 2009 (sök på titeln)

<http://www.hi.se/sv-se/Publicerat/Sok-publikationer/>

Livsmedelsverket: “Bra mat i äldreomsorgen” (Rapport nr 3/2011)

Stockholms läns äldrecentrum: ”Att utveckla maten och måltiden på vård och omsorgsboende” 2013:03 ISSN 1401-5129

Sveriges kommuner och landstings, SKL:s, branschriktlinjen: ”Säker mat i vård, skola och omsorg” 2009

Äldreförvaltningen Stockholms stad: ”Mat för äldre” 2012 (4:e upplagan)

Äldreförvaltningen Stockholms stad: ”Verktyg för mat och måltider” 2011