

Program

Policy

Handlingsplan



Riktlinje

Riktlinjer för måltider

i särskilt boende, korttidsenhet och
dagverksamhet inom äldrenämndens
ansvarsområde

BESLUTAD AV ÄLDRENÄMNDEN 2019-06-17

Dnr: ÄN 2019/00424-1.3.2



Innehållsförteckning	
Inledning	4
Måltidspolicy för Västerås Stad	4
Syfte med riktlinjen	4
Lagar, riktlinjer, policys m.m.	4
Ansvar	5
Äldrenämnden	5
Verksamhetschef	5
Biståndshandläggare	5
Medicinskt ansvarig sjuksköterska (MAS)	5
Enhetschef	5
Sjuksköterska	5
Arbetsterapeut	6
Fysioterapeut/Sjukkymnast	6
Omvårdnadspersonal	6
Måltidschef/kökschef	6
Kockar	6
Restaurangbiträde	6
Kostombud	6
Kvalitetskrav	7
Kvalitetssäkring	7
Flexibilitet	7
Samverkan	7
Bedömning, uppföljning och utvärdering	8
SENIOR ALERT	8
MUNHÄLSA	8
Kvalitetskrav för restauranger vid servicehus	8
Kvalitetskrav för dagverksamhet	9
Mat- och måltidskvalitet	9
Miljö	9
Matlagning	9
Varmhållning och leverans	9
Nedkylning och återupphettning	10

Program	uttrycker värdegrunder och förhållningssätt för arbetet med utvecklingen av Västerås som ort inklusive koncernen Västerås stad
Policy	uttrycker värdegrunder och förhållningssätt för arbetet i koncernen Västerås stad
Handlingsplan	anger strategier och konkreta åtgärder för att nå den politiska viljeinriktningen och fastställda mål på olika nivåer i organisationen
Riktlinje	säkerställer ett riktigt agerande och en god kvalitet i handläggning och utförande i koncernen Västerås stad

Meny	10
Måltidsmiljö	10
Individuellt stöd vid måltider	11
Måltidsordning	11
Vätska	12
Energi- och näringsrekommendation	12
Konsistensanpassade måltider	12

Inledning

En måltid är så mycket mer än bara maten på tallriken, den omfattar en stämning som skapas av omgivningen, bra bemötande och sällskap vid måltiden. Därför är det viktigt att tydliggöra ansvaret hos olika yrkesgrupper och samarbetet mellan dem och mellan organisationer. Detta blir än mer angeläget då andelen äldre ökar i Sverige och allt fler uppnår en högre ålder, som kan medföra risk för undernäring. Undernäring ökar risken för fallolyckor, sjukdom och möjligheten att klara sig själv. Detta medför sämre livskvalitet för enskilda och ökade kostnader för samhället.

Måltidspolicy för Västerås Stad

Västerås stad vill utveckla och ta till vara den kraft och kunskap som finns inom stadens måltidsverksamheter samt i de verksamheter som upphandlas. Målet är att alla matgäster ska känna matlust och må bra av maten. Maten som serveras ska vara säker och miljömässigt hållbar. Måltiden som serveras ska vara god och trivsamt, hållbar, säker, näringsriktig och integrerad i verksamheten.

Syfte med riktlinjen

Syftet med riktlinjen är att säkerställa äldrenämndens kvalitetskrav på mat och måltider i verksamheterna. Riktlinjen vänder sig till utförarna av särskilt boende och dagverksamhet.

Verksamheterna ska:

- följa Måltidspolicy för Västerås stad (samt handlingsplanen som är kopplad till policyn)
- följa Nordiska näringsrekommendationer 2012 (NNR)
- erbjuda en måltidssituation utifrån FAMM (Five Aspects Meal Model)
- se till individens behov, önskemål och vanor
- erbjuda förebyggande individanpassade insatser för att undvika övervikt, undervikt och ohälsa
- Utgå ifrån Livsmedelsverkets Måltidsmodell

Lagar, riktlinjer, policys m.m.

Utförare ska följa de regelverk som stat och kommun föreskriver:

- Socialtjänstlagen (SoL)
- Hälso- och sjukvårdslagen (HSL)
- Livsmedelslagen
- Patientsäkerhetslagen
- Tandvårdslagen
- Tandvårdsförordningen
- Branschriktlinjer livsmedelshygien SKL (Sveriges Kommuner och landsting)
- Västerås stads Riktlinjer för Hälso- och sjukvård

- Måltidspolicy för Västerås stad
- Riktlinje för inköp och upphandling av livsmedel
- Riktlinje Hantering av klagomål och synpunkter

Ansvar

Alla utförare är skyldiga att ha ett ledningssystem för det systematiska kvalitetsarbetet enligt SOSFS 2011:9. Det är viktigt att utförarens ansvar för mat och måltider fångas upp och säkerställs genom bland annat processer och rutiner.

Äldrenämnden

- Formulerar övergripande mål för mat och måltider.

Verksamhetschef

- Har det yttersta ansvaret för att adekvata rutiner finns i verksamheterna.
- Svarar för att riktlinjen är känd av alla berörda i verksamheten samt säkerställer kvalitet vad gäller kost och måltider.
- Följer upp, utvecklar och dokumenterar kvaliteten i verksamheten.
- Säkerställer att medarbetarna har kompetens att följa de krav som finns i denna riktlinje.
- Säkerställer att medarbetarna får adekvat kompetensutveckling.

Biståndshandläggare

- Utreder behov av insatser efter ansökan från den enskilde och ska i utredningen se över behovet av måltider under dygnets alla timmar.

Medicinskt ansvarig sjuksköterska (MAS)

- Ansvarar för kvalitet och säkerhet i hälso- och sjukvårdsfrågor.
- Tar fram rutiner för kvalitetsystem för nutrition.

Enhetschef

- Har övergripande ansvar för planering, utveckling och uppföljning kring nutrition och måltider på enheten.
- Ser till att personalen har tid och handlingsutrymme för måltidsarbetet.

Sjuksköterska

- Ansvarar för den enskildes nutritionstillstånd.
- Ansvarar för att kvalitetsregistret Senior Alert används.
- Samverkar med och vid behov konsulterar läkare eller andra professioner i enlighet med *Riktlinjer för Hälso- och sjukvård* i Västerås Stad.

Arbetsterapeut

- Handleder medarbetare i måltidsmiljön så att den enskilde blir delaktig i sin egen måltid.
- Ser till att den enskilde får en bra sittställning och eventuella behov av äthjälpmiddel tillgodosedda.

Fysioterapeut/Sjukgymnast

- Utreder, ordinerar, behandlar och följer upp enskildas behov av fysisk aktivitet med syfte att främja aptit.

Omvårdnadspersonal

- Följer rutiner som berör måltider under dygnets alla timmar.
- Följer ordination av nutritionsbehandling.
- Rapporterar till sjuksköterska om hälsotillstånd som påverkar matintaget.
- Samverkar med kök för att den enskilde ska få rätt förutsättning till en god måltid.

Måltidschef/kökschef

- Ansvarar för att leda planering, produktion, utveckling, samverkan och utvärdering av verksamheten.
- Har kompetens inom livsmedel, livsmedelshygien, matlagning och matsedelsplanering samt näringslära för målgruppen.

Kockar

- Ansvarar för att köpa in livsmedel utifrån målgruppens behov och önskemål.
- Har kunskap om näringsbehov och konsistensanpassade måltider.
- Hanterar livsmedel på lämpligt sätt för att minska matsvinnet.

Restaurangbiträde

- Samverkar till att skapa trivsamma, goda och integrerade måltider på enheten.
- Följer rutiner, riktlinjer, lagar och förordningar som finns i verksamheten.

Kostombud

- Samverkar till att skapa trivsamma, goda och integrerade måltider på enheten.
- Är en länk mellan enskilde och köket för att näringsriktiga måltider ska serveras.

Kvalitetskrav

Kvalitetssäkring

Verksamheten ska upprätta lokala rutiner utifrån denna riktlinje för att kvalitetssäkra maten och måltidssituationen. De lokala rutinerna ska bl.a. innehålla uppgifter om:

- Ansvarsfördelning
- Måltidernas innehåll
- Måltidsordning (Flexibel för den enskilde)
- Nattfasta
- Måltidsmiljö FAMM (five aspect meal model)
- Miljö, klimat
- Matsedlar
- Tillagning
- Nedkylning
- Specialkost och konsistensanpassningar
- Återupphettning
- HACCP ((Hazard Analysis and Critical Control Points/riskanalys och kritiska styrpunkter)
- Egenkontroll
- Livsmedelshygien utifrån SKL Sveriges kommuner och landstings branschriktlinjer
- Transporter
- Uppföljning

Flexibilitet

Den enskilde ska vara i fokus genom att all personal är flexibla i behov, önskemål och vanor som berör måltider. Näringsriktiga måltider ska erbjudas under dygnets alla timmar. Enskilda ska få tydlig information om vad verksamheten kan erbjuda i form av måltider och nutrition.

Samverkan

Hela matkedjan kräver samverkan från inköp, beställning, produktion, leverans, mottagande av mat, servering och matsvinn. Återkoppling är viktig för att upprätthålla ett väl fungerande kommunikationsflöde mellan berörda parter.

Enskilda ska i dialog och med tydlig anpassad information ges möjlighet att:

- ha inflytande över maten och måltidssituationen.
- erbjudas möjlighet att delta i matråd/kostråd.

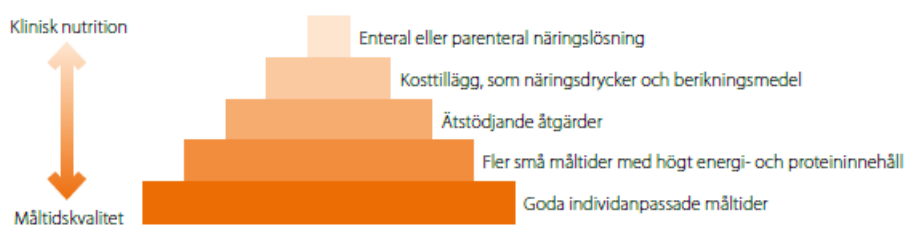
Bedömning, uppföljning och utvärdering

Verksamheten ska ha rutiner för att bedöma, följa upp och utvärdera mat, måltider och nutrition i den form och omfattning som krävs.

SENIOR ALERT

Riskbedömning av nutrition ska göras när enskild flyttar till särskilt boende och då behov uppstår. Riskbedömning med åtgärd och uppföljning ska registreras i kvalitetsregistret Senior alert. Samma förfaringssätt gäller också för enskilda som får sin hälso- och sjukvård i ordinära boendet.

Utifrån Livsmedelsverkets råd bör målsättningen vara att göra insatser så långt ner i pyramiden som möjligt.



MUNHÄLSA

En frisk och fräsch mun betyder mycket för välbefinnande och livskvalitet. Förmågan att kunna tugga, svälja och uppleva smak är viktigt för välmåendet.

Munhälsobedömningar ska göras när enskild flyttar till särskilt boende, och då behov uppstår. Samma förfaringssätt gäller också för enskilda som får sin hälso- och sjukvård i det ordinära boendet.

Munhälsobedömningsinstrumentet ROAG ska användas vid registrering i kvalitetsregistret Senior alert. I registreringen ingår bedömning, åtgärdsplaner och uppföljning.

Kvalitetskrav för restauranger vid servicehus

Restaurangen ska vara öppen för boende i servicehuset och för besökare utifrån. Boende på servicehus ska dagligen erbjudas att äta lagad lunch och middag i en trivsam miljö med andra gäster.

Menyn ska så långt som möjligt vara anpassad efter gästernas behov, önskemål och vanor. Närliggande mötesplats och utförare i restaurangen ska arbeta integrerat för gästerna vid olika aktiviteter och arrangemang.

Restaurangen ska erbjuda:

- Frukost
- Förmiddagsfika, gärna proteinrika alternativ
- Lunch, gärna med alternativ och dessert på helgdagar
- Eftermiddagsfika, gärna proteinrika alternativ
- Middag

Kvalitetskrav för dagverksamhet

Gäster i dagverksamhet ska erbjudas lunch och två mellanmål per dag, vilket bör motsvara 40-55 % av det rekommenderade dagliga intaget. Har gästen speciella behov när det gäller kosten eller annat vid måltiderna ska en dialog ske med gästen, anhörig, god man/förvaltare eller hemtjänstpersonal och dokumenteras i genomförandeplan.

Primärvårdens distriktssköterska och/eller läkare kan i samråd med den för dagverksamhet ansvariga sjuksköterskan, kontaktas för råd om gästens hälsa kräver speciell nutritionsbehandling. Åtgärder ska erbjudas utifrån gästens behov, önskemål och vanor.

Mat- och måltidskvalitet

Miljö

Verksamheten ska verka för ett hållbart samhälle och göra medvetna val i hela måltidskedjan.

Faktorer att beakta är:

- Minska matsvinnet och avfallshantera
- Beräkna mängder och ta tillvara på rester på ett bra sätt i beredning och tillagningsprocess
- Hantera livsmedel på ett omsorgsfullt sätt under hela produktionen
- Välja säsongsbetonade gärna närodlade/-producerade livsmedel
- Val av ekologiska livsmedel utifrån Västerås stads måltidspolicy

Matlagning

Tillagning av mat ska enligt livsmedelslagen utföras i ändamålsenliga kök.

Yrkesrollerna i verksamheterna ska ha tillräcklig kompetens för att fullfölja sina ansvarsområden. För en god upplevelse av måltiden är det viktigt att maten smakar och doftar gott, är så nylagad som det går, har rätt temperatur och är anpassad till individuella behov, önskemål och vanor.

Varmhållning och leverans

Varmhållning av varm lagad mat får inte ske längre än 2 timmar och inte understiga kärntemperaturen 60 grader. Leveranser av mat ska ske i förpackningar och transportutrustning avsedda för ändamålet.

Nedkylning och återupphettning

När nedkylning är aktuell ska verksamheten genomföra egenkontroll för säker livsmedelshantering under nedkylningen. Riskbedömning görs av verksamheten om livsmedelet är säkert att återupphetta igen för servering. Vilket bidrar till minskat matsvinn och en miljömässig hållbarhet.

Meny

Menyn ska varieras och utformas utifrån aspekter såsom säsong, tradition, kultur, religion, behov, önskemål och vanor.

Måltiden är en helhetsupplevelse som omfattar smak, doft, utseende, form och konsistens där alla delar är viktiga.

Matsedeln ska även följa energi- och näringsrekommendationer NNR2012 (Nordiska Närings Rekommendationerna 2012).

Livsmedel ska väljas med hänsyn till miljö, djurskydd och hållbar utveckling.

Måltidsmiljö

En bra måltidsmiljö skapas genom att se till helheten därför ska måltidsmodellen FAMM (Five Aspects Meal Model) användas i verksamheterna. Det är flera aspekter som leder fram till en bra stämning vid måltiden:



- **Rummet:** hur ser det ut där vi äter? (ljus, ljud, rekvisita, färg, form)
- **Mötet:** hur bemöter vi matgästen? (mötet mellan människor, gäst, personal)
- **Produkten:** hur är maten och drycken? (utseende, uppläggnings, njutningen, fest)
- **Stämningen:** hur är måltiden som helhet, ”atmosfären”. (sinnen, service, känsla)
- **Styrsystemet:** finns det lämpliga lokaler att äta i, är schemat för personalen anpassat till individens matsituation? (ekonomi, hygien, koncept)

Individuellt stöd vid måltider

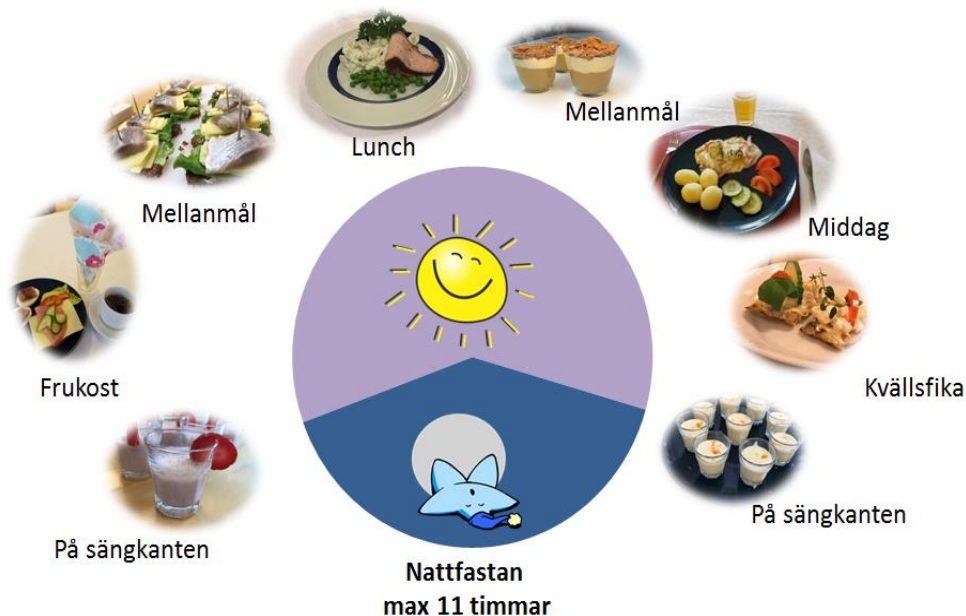
Flera skäl orsakar t.ex. övervikt, ofrivillig viktnedgång, tugg- och sväljsvårigheter eller liten aptit. För att motverka detta krävs att respektive yrkeskategori gör adekvata bedömningar, samverkar med varandra och ur ett helhetsperspektiv, sätter in adekvata åtgärder. Centralt är att enskild i fråga äter och får ett optimalt intag av energi och näringsämnen.

Exempel på insatser:

- Sittställning
- Hjälpmedel ex. tallrik, bestick, sugrör, mugg, antiglid underlägg.
- Sällskap under måltiden av andra gäster eller personal.
- Guidning vid bordet av andra gäster eller personal.
- Konsistensanpassade måltider.
- Stöd med upplägg av mat och dryck.
- Stöd med delning av mat: detta görs efter att måltiden är presenterad framför gästen.
- Matning ska ske med respekt och vara välplanerad.

Måltidsordning

De lokala rutinerna ska vara anpassade till den rekommenderade måltidsordningen som anges nedan. Enskilda ska erbjudas tre huvudmål och tre mellanmål samt gärna en energität smoothie eller annat som den enskilde önskar, på morgonen och kvällen. Detta för att säkerställa att nattfastan inte överstiger 11 timmar. Alla målen ska ha ett bra energi och näringsinnehåll utifrån rekommendationer NNR 2012 (Nordiska näringsrekommendationerna 2012).



Vätska

Vätska är livsnödvändigt och behövs i kroppen för att alla funktioner ska upprätthållas. Ca 30 ml vätska per kilo kroppsvikt och dygn (NNR 2014). Uppskattningsvis får människan i sig 1-1,5 liter vätska via maten. Därefter bör 1-1,5 liter tillföras som dryck utspritt över dagen. Vid värmebölja/höga temperaturer se framtagna handlingsplan *Råd vid värmebölja*.

Energi- och näringsrekommendation

Nordiska näringsrekommendationer (NNR2012) bör användas för måltidsplanering. Kroppen behöver viss mängd energi varje dag för att fungera. Den enskildes behov av olika portionsstorlekar och olika mängd energi- och näringsinnehåll i maten påverkas av kön, ålder, vikt, fysisk aktivitet, funktionsförmåga och sjukdomar som i sin tur påverkar aptit och energibehov.

För äldre personer minskar energibehovet på grund av minskad fysisk aktivitet. Däremot är behovet av protein, fett, kolhydrater, vitaminer, mineraler samt vatten detsamma som för yngre personer. Måltiderna ska täcka näring- och energibehovet under dygnets alla timmar. Personer med nedsatt aptit erbjuds extra energi och protein.

Behov av anpassad kost ska kunna serveras i samråd med den enskilde, enligt bedömning av nutritions-kunnig sjuksköterska, dietist eller läkare.

Konsistensanpassade måltider

Konsistensanpassade måltider ska vara så lika ordinarie meny som möjligt och serveras gärna med en aptitlig presentation.

Vid ätproblem ska alltid sjuksköterska och arbetsterapeut kontaktas för att utreda orsak och hitta rätt konsistens. Vid behov ska läkare, tandläkare, logoped och dietist kontaktas.

Tugg- och sväljsvårigheter kan vara övergående därför är det viktigt att följa upp regelbundet hur enskildas ätande fungerar.

Konsistenser som kan vara aktuella:

- Hel och delad: normal konsistens som delas på tallriken
- Grov paté: luftig, mjuk, sammahållen och grovkorning konsistens
- Timbal: mjuk, slät och sammanhållen, likt en omelett
- Gelé: mjuk och hal
- Flytande: slät och rinnande
- Tjockflytande: ibland lättare att svälja än flytande



VÄSTERÅS STAD

Kontaktcenter: 021-39 00 00

www.vasteras.se