

FoU i Sörmland

kommuner & region i samverkan



Vi är en bro mellan teori och praktik

Systematisk uppföljning 22 maj 2019

Exempel: mäta längden på nattfasta

Nattfasta är tiden mellan en dags sista mål och följande dags första mål.

Anna Ekholm, FoU i Sörmland

Rekommendation från Socialstyrelsen 2011:

Nattfastan bör inte överstiga 11 timmar

Hur vet vi om vi når det?

Frågeställningar:

- **Vad ska vi mäta?**

När serveras måltiderna under kvällen, natten och morgonen.

- **Var ska vi mäta?**

Alla särskilda boenden i länets kommuner samt vårdavdelningar på länets sjukhus.

- **Hur ska vi mäta?**

Ett formulär som fylls i, papper och penna



MÄTNING AV NATTFASTA

NAMN PÅ BOENDET: AVDELNING/ENHET: DATUM:

GÖR SÅ HÄR:

1. Fyll i alla brukares initialer.
2. Ringa in initialerna på de som är yngre än 65 år. (65 år och äldre=ingen ring.)
3. Fyll i tiden då brukaren börjar äta middag.
4. Fyll i tiden då brukaren börjar äta kvällsmål, nattmål respektive förfrukost samt ange kort vad.
5. Fyll i tiden då brukaren börjar äta frukost.
6. Skriv tiden med 5-minuters noggrannhet.
7. **TACKAT NEJ.** Fyll i X då brukaren erbjudits något att äta eller dricka men tackat nej. Gäller ej om brukaren sover.

OBS! Skriv endast upp om brukaren äter eller dricker något som innehåller energi/kalorier och är en mängd på minst 1 dl.
(Skriv inte upp: Vatten, te, kaffe eller en matsked av exempelvis äppelmos i samband med medicin.)

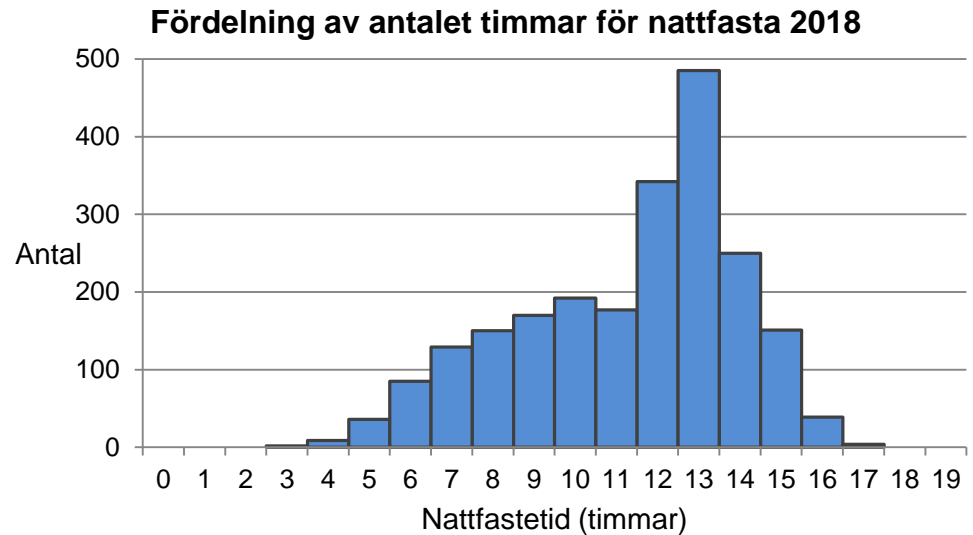
	BRUKARE (INITIALER)	MIDDAG	TACKAT	KVÄLLSMÅL		TACKAT	NATTMÅL, FÖRE KL 03.00		TACKAT	FÖRFRUKOST, FRÅN KL 03.00		TACKAT	FRUKOST	TACKAT	KOMMENTAR
		KL.	NEJ	KL.	ANGE KORT VAD	NEJ	KL.	ANGE KORT VAD	NEJ	KL.	ANGE KORT VAD	NEJ	KL.	NEJ	
Ex	NN	17.35		20.10		X	01.15	2 dl liva nyponsoppa		04.45	1 Smörgås, 1dl mjölk		9.20		Exempel
1															
2															
3															
4															
5															
6															
7															
8															
9															
10															
11															
12															

Sammanställning av data

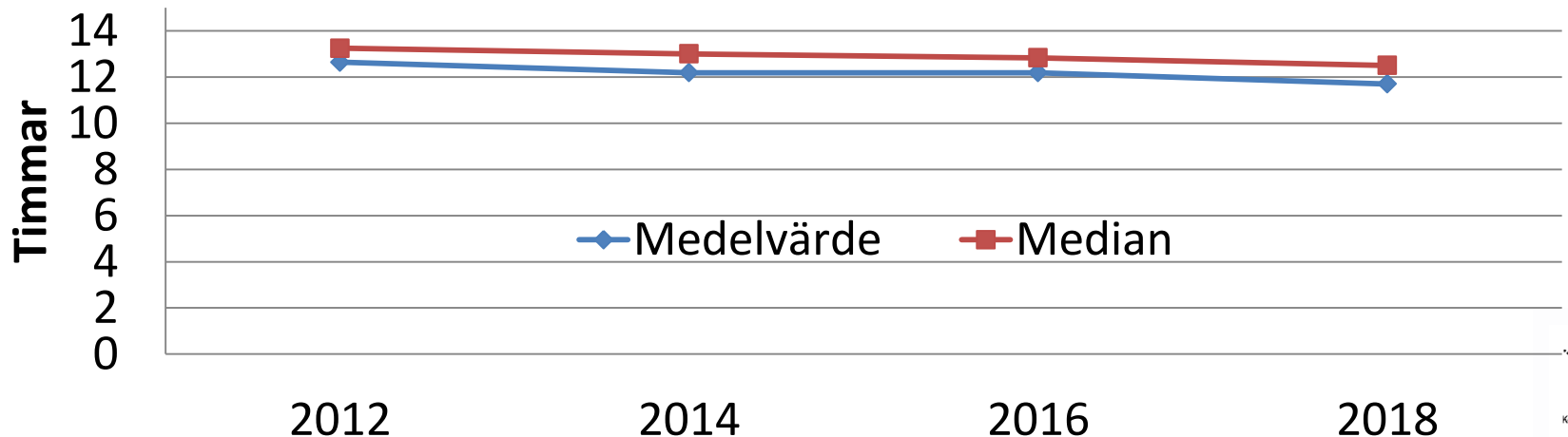
- Data från formulären överfördes till en Excel-fil
- Exempel på resultat
 - Genomsnittlig nattfastetid
 - Andel med nattfasta över 11 timmar
 - Fördelning av måltider
 - Förändring över tid (eftersom mätningen gjorts vid flera tillfällen)

Exempel på resultat

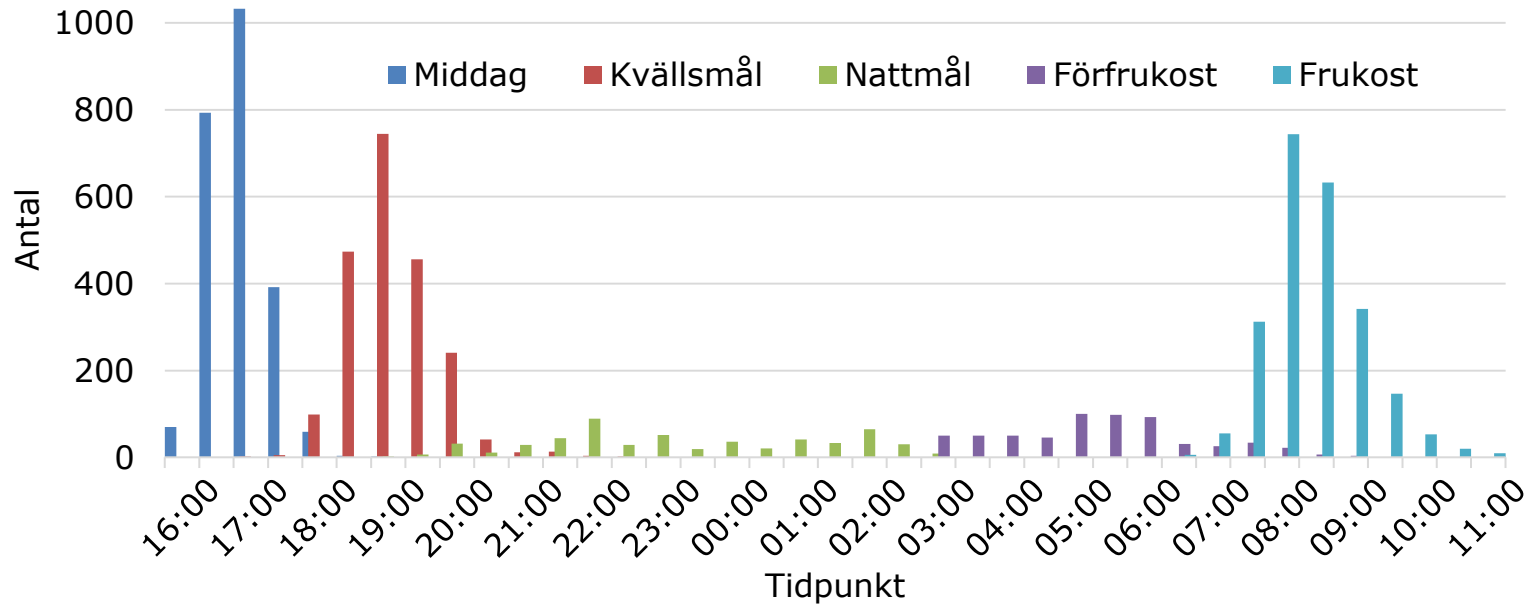
Kommun	Andel med nattfasta över 11 timmar
Eskilstuna	72 %
Flen	49 %
Gnesta	33 %
Katrineholm	57 %
Nyköping	61 %
Oxelösund	57 %
Strängnäs	80 %
Trosa	71 %
Vingåker	53 %
Landstinget	64 %
Sörmland	64 %



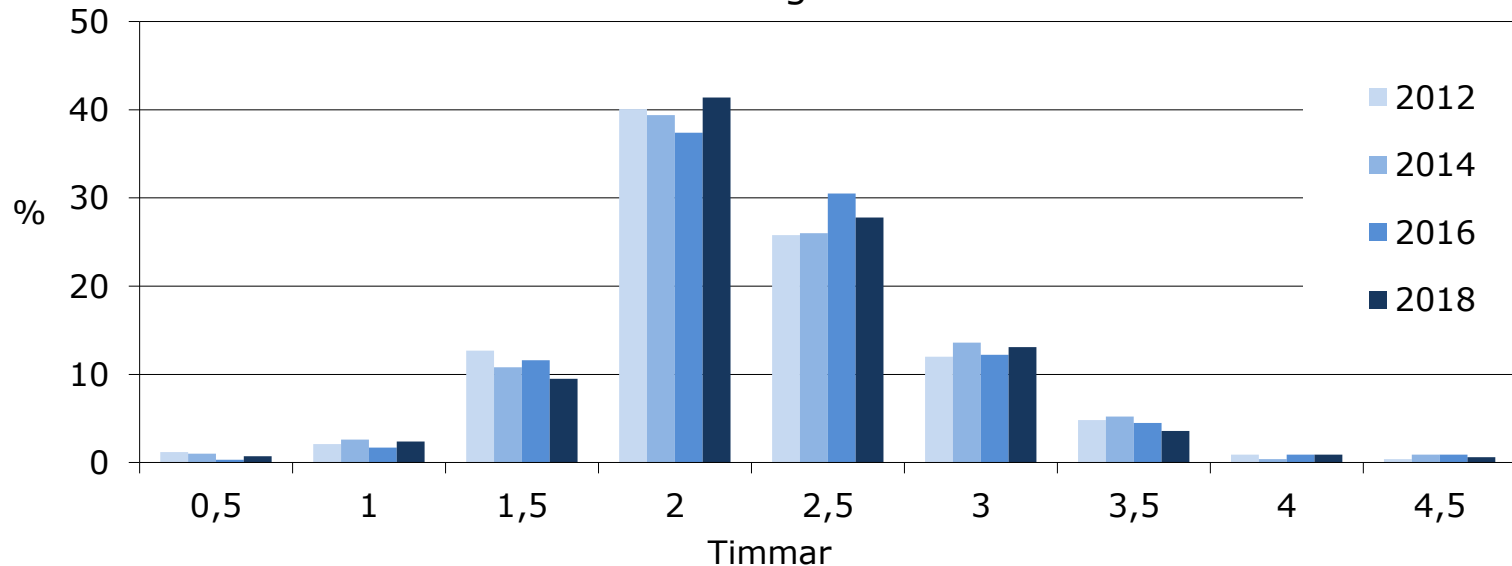
Nattfasta i Sörmland 2012-2018



Exempel på resultat



Tid mellan middag och kvällsmål



Uppföljning på olika nivåer

- Län
- Kommun
- Boende
- Avdelning
- Individ

Fortsätta på egen hand

Exempelvis mäta nattfastan på ett boende oftare än vartannat år.

I fallet nattfasta finns en [Excelfil](#) att ladda ner från FoU i Sörmlands hemsida.

Utvecklingsmöjligheter

- Dygnsmätning
- Fördjupade analyser, exempelvis kön och ålder

Viktigt att tänka på

- Vad ska mätas (tydlig definition)?
- Avgränsningar
- Hur ska resultaten användas?
- Har någon gjort något liknande?