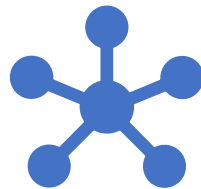


Hur jobbar vi tillsammans?

Sjukhus, primärvård, kommun

Åsa Wiberg, enhetschef Dietistenheten primärvård

Agnes Arvidsson, dietist Geriatriska avdelningen NLN



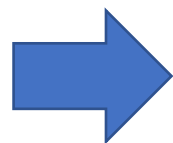
Karin, 79 år

- Bor i eget boende utan hemtjänst.
- Får hjälp av granne med handling, sköter resterande själv.
- Diabetes typ 2, tablettbehandlad, årskontroller på VC.

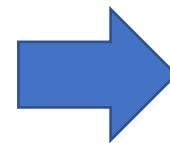


Förebyggande, på VC

Viktning
uppmärksammas av
diabetes-ssk.



Samtal om minskad
aptit, hjälp i hemmet,
förebyggande råd.



Återbesök inom 2-3
månader, uppföljning
givna råd.
Remiss dietist?

Viktning
uppmärksammas inte
av diabetes-ssk.



Återbesök planeras om
12 mån.

Ett mellanmål kan ge mycket energi och protein och fungera som "buffert" fram till lunch eller middag.



Förmiddagsfika

Lunch



Eftermiddagsfika

Något litet en stund före maten kan väcka aptit och förbereda kropp och sinne för att det är mat på gång.



Middag

Frukost



Kvällsmat/fika



På sängkanten



På sängkanten



Nattfasta högst 11 timmar

En nattfasta (tiden mellan sista måltiden på kvällen och den första på morgonen) på 11 timmar ger 13 timmar att fördela måltiderna på. Längre nattfasta gör det svårt att hinna få i sig det kroppen behöver.

Något litet energirikt före sänggåendet kortar nattfastan och ökar chansen till en god natts sömn.

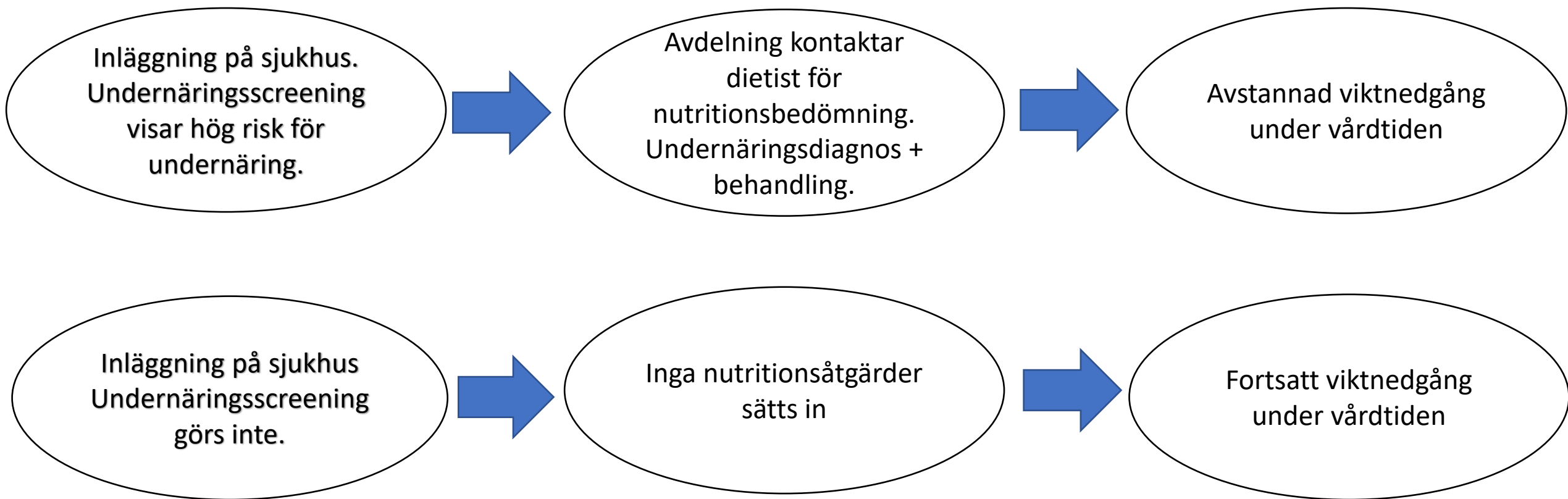
Öka proteinintaget

- Byta ut drycker som vatten/saft mot mjölk eller varm/kall choklad
- Servera extra mycket smörgåspålägg, t. ex ost, leverpastej, kalkon, skinka, ägg, makrill, hummus, keso, nötsmör
- Lägga till fler mindre måltider eller öka på de måltider som redan äts
- Baka med mer proteinrika ingredienser, t. ex ägg, kvarg, keso





Ramlar hemma en kväll, blir liggande till nästa morgon





Förebyggande åtgärder – Undernäring

Nutritionsbehandling

- Mellanmål
- Berikning av kosten
- Protein- och energirik kost
- Konsistensanpassning
- Näringsdryck
- Anpassa maten efter kulturella och religiösa behov
- Minska nattfastan till max 11 timmar
- Enteral näringstillförsel
- Parenteral näringstillförsel

Öka proteinintaget

- Byta ut drycker som vatten/saft mot mjölk eller varm/kall choklad
- Servera extra mycket smörgåspålägg, t. ex ost, leverpastej, kalkon, skinka, ägg, makrill, hummus, keso, nötsmör
- Lägga till fler mindre måltider eller öka på de måltider som redan äts
- Näringsdrycker



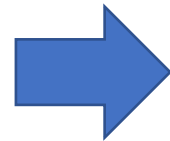
Utskrivning till hemmet

Överrapportering till ssk i hemsjukvård + dietist på VC.

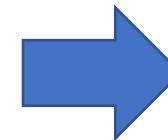


Nutritionsbehandling fortsätter efter utskrivning, dietist, hemsjukvård och hemtjänst samarbetar.

Överrapportering till ssk i hemsjukvård.

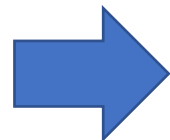


Hemtjänst och hemsjukvårds-ssk uppmärksammar nutritionsproblemen och sätter in åtgärder. Remiss dietist.

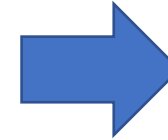


Dietist gör nutritionsbedömning. Undernäringsdiagnos och sätter in behandling.

Överrapportering till ssk på KTB/SÄBO.



Omvårdnadspersonal på KTB/SÄBO uppmärksammar nutritionsproblemen och sätter in åtgärder. Kontakt dietist?



Nutritionsåtgärder sätts in. Överrapporteras till nästa vårdgivare.



Förebyggande åtgärder – Undernäring

Nutritionsbehandling

- Mellanmål
- Berikning av kosten
- Protein- och energirik kost
- Konsistensanpassning
- Näringsdryck
- Anpassa maten efter kulturella och religiösa behov
- Minska nattfastan till max 11 timmar
- Enteral näringstillförsel
- Parenteral näringstillförsel