

Program

Policy

Handlingsplan



Riktlinje

Riktlinjer för måltider

i bostäder med särskild service och biståndsbedömd dagverksamhet enligt LSS och socialtjänstlagen inom ansvarsområdet för nämnden för personer med funktionsnedsättning



Innehållsförteckning	
Inledning	4
Måltidspolicy för Västerås Stad	4
Syfte med riktlinjen	4
Lagar, riktlinjer, policys m.m.	4
Ansvar	5
Nämnden för personer med funktionsnedsättning	5
Biståndshandläggare	5
Verksamhetschef	5
Medicinskt ansvarig sjuksköterska (MAS)	5
Enhetschef	5
Omvårdnadsansvarig Sjuksköterska	5
Arbetsterapeut	5
Fysioterapeut /Sjukgymnast	6
Medarbetare inom vård och omsorg	6
Hälsoombud/Kostombud	6
Kvalitetskrav	6
Kvalitetssäkring	6
Flexibilitet	7
Samverkan	7
Bedömning, uppföljning och utvärdering	7
SENIOR ALERT	7
MUNHÄLSA	8
Mat- och måltidskvalitet i verksamheterna.....	8
Bostad med särskild service	8
Daglig verksamhet LSS eller sysselsättning enligt SoL	8
Miljö	8
Matlagning	9
GEMENSAMT KÖK	9
ENSKILDES KÖK	9
Varmhållning och leverans	9
Nedkylning och återupphettning	9
Meny	9

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

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

Inledning

Alla människor har själv rätt att bestämma över det som rör det egna livet, och där ingår även maten. Personer med funktionsnedsättning har ett större behov av motivation, hjälp och stöd i samband med måltiden. Det är viktigt att medarbetare i verksamheterna är lyhörda, uppmärksamma och agerar med respekt för den enskildes behov, önskemål och vanor. 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.

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 nämnden för personer med funktionsnedsättnings kvalitetskrav på mat och måltider i verksamhetsområden. Riktlinjen vänder sig till verksamheter inom nämndens ansvarsområde.

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 den enskildes behov, önskemål och vanor
- erbjuda den enskilde, hälsofrämjande och motiverande insatser för att undvika övervikt, undervikt och ohälsa
- använda Livsmedelsverkets Måltidsmodell

Lagar, riktlinjer, policys m.m.

Utförare ska följa de regelverk som stat och kommun förskriver.

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

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

Ansvar

Ansvarsfördelningen gällande måltider för respektive yrkesgrupp, utförare och leverantörer precisera i lokala rutiner utifrån angivna områden. Yrkesgruppen arbetsterapeut och fysioterapeut/sjukgymnast förekommer inom socialpsykiatrins verksamheter.

Nämnden för personer med funktionsnedsättning

- Formulerar övergripande mål för mat och måltider.

Biståndshandläggare

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

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.

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.

Omvårdnadsansvarig Sjuksköterska

- Ansvarar för den enskildes nutritionstillstånd.
- Ansvarar för att kvalitetsregistret Senior Alert används ut efter enskildes behov och ålder .
- 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 /Sjuktymnast

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

Medarbetare inom vård och omsorg

- Följer rutiner som berör måltider under dygnets alla timmar.
- Följer ordination av nutritionsbehandling.
- Rapporterar till sjuksköterska om hälsotillstånd som påverkar matintaget.
- Samverka och motivera för den enskilde ska få rätt förutsättning till goda och hälsosamma måltider.

Hälsoombud/Kostombud

- Är ett stöd för den enskilde och medarbetaren i att motivera till hälsosamma kostval.
- Samverkar till att skapa trivsamma, goda och integrerade måltider i verksamheten.

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

Enskildes behov ska vara i fokus genom att all personal ser flexibelt på behov, önskemål och vanor som berör måltider. Näringsriktiga måltider ska erbjudas under dygnets alla timmar. Den enskilde ska få tydlig information om vilket stöd verksamheten kan erbjuda i form av måltider och nutrition.

Samverkan

Goda och hälsosamma måltider kräver samverkan mellan den enskilde och medarbetare i verksamheten. Det avser hela kedjan från inköp, beställning, produktion, leverans, mottagande av mat, servering och matsvinn. Återkoppling är viktigt för att upprätthålla ett väl fungerande kommunikationsflöde mellan berörda parter.

Den enskilde ska i dialog och tydligt anpassad information ges möjlighet att

- vara delaktighet i planering och matlagning om möjligt.
- ha inflytande över maten och måltidssituationen.
- erbjudas möjlighet att delta i boenderåd eller liknande.

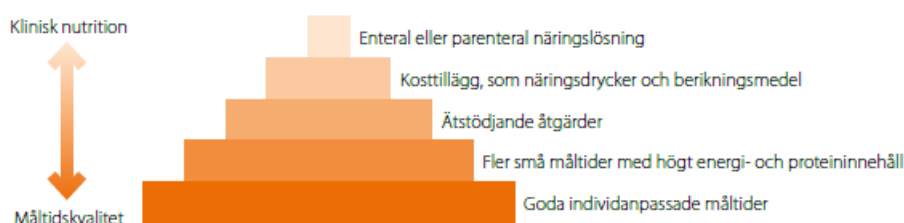
Bedömning, uppföljning och utvärdering

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

Senior Alert

Kvalitetsregistret Senior Alert ska användas för riskbedömning för personer över 65 år. Registret kan även användas för personer under 65 år. Riskbedömningen med åtgärder och uppföljning ska registreras i kvalitetsregistret Senior alert. Samma förfaringssätt gäller också för personer som får sin hälso- och sjukvård i det 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.

Personer med ett stort och långvarigt behov av personlig omvårdnad i sitt daglig liv kan få särskild hjälp när det gäller munhälsa och tandvård. Det gäller för personer med en omfattande psykisk funktionsnedsättning och personer som omfattas av lagen om stöd och service till vissa funktionshindrade (LSS).

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

Mat- och måltidskvalitet i verksamheterna

Bostad med särskild service

Alla vuxna människor har rätt att bestämma hur de vill leva sina liv, även de som har en funktionsnedsättning. En funktionsnedsättning kan innebära att det är svårare att förstå konsekvenser av olika livsstilsval och att hålla fast vid hälsosamma vanor. Stöd och hjälpinsatser ska utformas utifrån den enskildes behov, önskemål och vanor. Personalen i verksamheterna ska motivera till hälsosamma kostval.

Daglig verksamhet LSS eller sysselsättning enligt SoL

För den enskilde som deltar i dessa verksamheter infaller vanligtvis tiden för lunch och mellanmål under dagen då man är inom daglig verksamhet eller sysselsättning. Lunch kan erbjudas iform av gemensamt tillagade måltider som den enskilde betalar mot självkostandspris, alternativt beställa färdiga matlådor från valfri restaurang. Måltiden bör stämma överens med Livsmedelsverkets kostråd för målgruppen. Den enskilde kan även välja att ta med egen lunch och mellanmål. Personalen i dessa verksamheter ska motivera till hälsosamma kostval.

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 säsongbetonade gärna närodlade/-producerade livsmedel
- Val av ekologiska livsmedel utifrån Västerås stads måltidspolicy med aktuell handlingsplan

Matlagning

Förutsättningarna för tillagningen av måltider i verksamheterna varierar.

Gemensamt kök

Tillagning av måltider ska enligt livsmedelslagen utföras i ändamålsenliga kök. Yrkesrollerna i verksamheterna ska ha tillräcklig kompetens för att fullfölja sitt ansvarsområde i denna riktlinje. För en god upplevelse av måltiden är det viktigt att maten smakar och doftar gott, är så nylagad som det går, har rätt temperatur, stämmer överens med förväntningarna, samt är anpassad till den enskildes behov, önskemål och vanor.

Enskildes kök

Verka för att basala hygien- och livsmedelshygienregler efterlevs av den enskilde och medarbetaren. För en god upplevelse av måltiden är det viktigt att maten smakar och doftar gott, är så nylagad som det går, har rätt temperatur, stämmer överens med förväntningarna, samt är anpassad till den enskildes behov, önskemål och vanor.

För den enskildes självständighet i matlagningen finns Hushållningssällskapet digitala kokbok *Matglad* med matbilder och instruktioner steg-för-steg. Alternativt den digitala kokboken *MatGlad-helt-enkelt* som underlättar vid lässvårigheter med hjälp av filmsekvenser och talstöd.

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 livsmedlet 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, 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, uppläggningsen, 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 olika skäl kan ge orsak till exempelvis övervikt, ofrivillig viktnedgång, tugg- och sväljsvårigheter eller liten aptit. För att motverka detta krävs att respektive yrkeskategori gör adekvata bedömningar, samverkar och ur ett helhetsperspektiv sätter in adekvata åtgärder. Centralt är att den enskilde i fråga äter och får ett optimalt intag av energi och näringsämnen fördelat över hela dygnet.

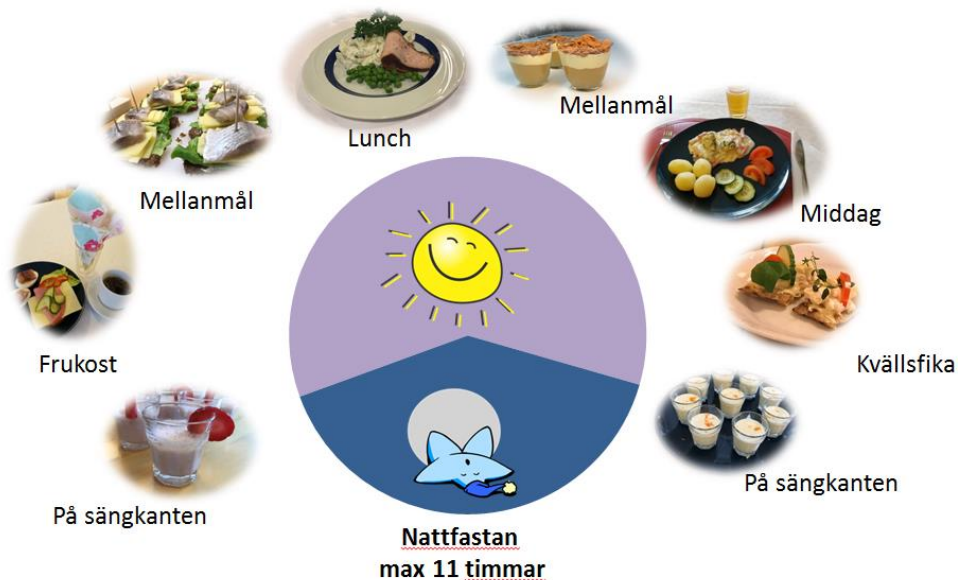
Exempel på insatser:

- Sittställning
- Hjälpmedel ex. tallrik, bestick, sugrör, mugg, antiglid underlägg.
- Sällskap under måltiden av andra kunder eller personal.
- Guidning vid bordet av andra kunder eller personal.
- Konsistensanpassade måltider.
- Stöd med upplägg av mat och dryck.
- Stöd med delning av mat: detta görs efter att måltiden är presenterad framför den enskilde.
- 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 i NNR 2012 (Nordiska näringsrekommendationerna 2012).



Vätska

Vätska är livsnödvändigt och behövs i kroppen för att alla funktioner ska upprätthållas. Cirka 30 ml vätska per kilo kroppsvikt och dygn. 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 närings- och energibehovet under dygnets alla timmar. Personer med nedsatt aptit ska erbjudas extra energi och protein.

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

Kostråd

Livsmedelsverkets tallriksmodell visar på ett pedagogiskt sätt hur maten kan fördelas på tallriken för att få en bra balans i måltiden. Den moderna tallriksmodellen kommer i två olika versioner. En anpassad för den som rör på sig enligt rekommendationerna och en annan för den som rör på sig något mindre och därmed har ett mindre behov av energi.

Nyckelhålmärkningen är ett av det allra enklaste kostrådet för den enskilde. Val av nyckelhålmärkta livsmedel bidrar till mindre socker och salt, mer fullkorn och fibrer samt mindre fett.

Rent generellt behöver den enskilde tänka på att ändra sitt kostmönster för att på sikt nå hälsosammare kostvanor.

- Öka mängden grönsaker, fisk och nötter
- Byta ut vita mjölet, animaliska fetter och feta mejerier till fullkorn, vegetabiliska fetter och magra mejerier
- Minska mängden rött kött, socker och alkohol

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