



Idekatalog

– skab gode måltidsoplevelser for patienten

IDEKATALOG
– SKAB GODE MÅLTIDSOPLEVELSER FOR PATIENTEN

Region Nordjylland
Ernæringsudvalget Aalborg Sygehus
Hobrovej 18-22, Postboks 365
9100 Aalborg

www.rn.dk

Maj 2011

Foto: Line Bloch Klostergaard

Layout: Dorte Andersen

Foto/AV-Sektionen, Aalborg Sygehus

IDEKATALOG

Ideer udsprunget af projekt „Værtskab“ – en del af MORE

Kære læser

Velkommen! Vi håber, du sidder behageligt og i rolige omgivelser, samt at du har god tid til at nyde indtrykkene, du her får serveret.

Kataloget, du her sidder med, præsenterer dig for en række ideer til, hvordan du og dine kollegaer kan arbejde med at skabe gode måltidsoplevelser for de mennesker, du igennem dit faglige virke har ansvaret for at behandle og pleje. Vi opfordrer dig til at smage på ordet „værtskab“ og lade det afspejle sig i dine handlinger overfor det enkelte menneske på dit afsnit/din afdeling. For han eller hun er din gæst, og det er op til dig at give en så tryk og behagelig oplevelse, som det overhovedet er muligt, når han eller hun er i dine hænder.

Ideerne udspringer af ernæringsprojektet MORE på Aalborg Sygehus.

Vi skylder en stor tak til konsulentvirksomheden Madeleines Madteater, som har været tilknyttet projektet. Det er Madeleines Madteater, som har introduceret os til „værtskabet“, og det har været utroligt givende at arbejde sammen med så kompetente folk ud i madkunstens og -kulturens verden.

Tre afdelinger på Aalborg Sygehus har arbejdet specifikt med at indføre værtskab og trygge måltidsoplevelser: Hæmatologisk Afdeling, Infektionsmedicinsk Afdeling og Hjerte-Lungekirurgisk Afdeling. Vi skylder disse afdelingers personale – herunder især ernæringsteams og afdelings- og oversygeplejersker en stor tak for at have villet deltage og lægge kræfter, energi og tid i projektet.

Ideerne, som præsenteres her i kataloget, udspringer af erfaringer og ønsker til fremtidige tiltag fra de tre involverede afdelinger.

Vi håber, at ideerne må tjene til inspiration og eftertanke i dit daglige virke. Vi har lagt vægt på, at ideerne stort set ikke kræver andet af dig, end at du påtager dig „værtskabet“. Du kan tage dem, som de serveres her eller krydre efter egen smag og eget behov.

God fornøjelse

Marie Nerup Mortensen
Kostkonsulent

Lotte Boa Skadhauge
Sygeplejerske

Tina Beermann
Klinisk diætist


Værtskab



Værtskab betyder kunsten at få mennesker til at føle sig velkommen

– et ord som både siger „velkommen“ og „lad mig tage hånd om dig“

Vi tager hånd om måltidet ved at

- spørge ind til ønsker og behov til mad og måltider ved daglige samtaler
 - sige velbekomme, smager det godt, mangler du noget og har du lyst til mere at spise
 - servere og rydde af hos dem, der ikke selv kan
 - hjælpe dem, der har brug for hjælp til at spise
 - sørge for tid og ro til at spise
 - gøre måltidet til et af dagens højdepunkter
- 

At føle sig *velkommen*

At blive budt velkommen i afdelingen ved indlæggelsen er en lille handling med en stor betydning.

Ved indlæggelsessamtalen kan du og dine kolleger påtage jer „værtskabet“ for patienten ved at servere en lille velkomstbakke, som eksempelvis kunne se ud som på billedet.

Sammen med bakken kan I udlevere relevante informationer om mad og måltider samt en vejledning i kostens betydning i forbindelse med sygdom og indlæggelse.

Velkomstbakken støtter informationen og viser, at mad og måltider vægtes højt i jeres afdeling.

Velkomstbakken kan hurtigt laves, hvis alle dele forefindes i afdelingen.



Måltidsråd

– skaber gode oplevelser

I forbindelse med indlæggelsessamtalen kan du udlevere konkrete måltidsråd, som eventuelt lægges på velkomstbakken. Rådene er en konkret beskrivelse af afdelingens syn på dagens måltider og af rammerne for måltidet.

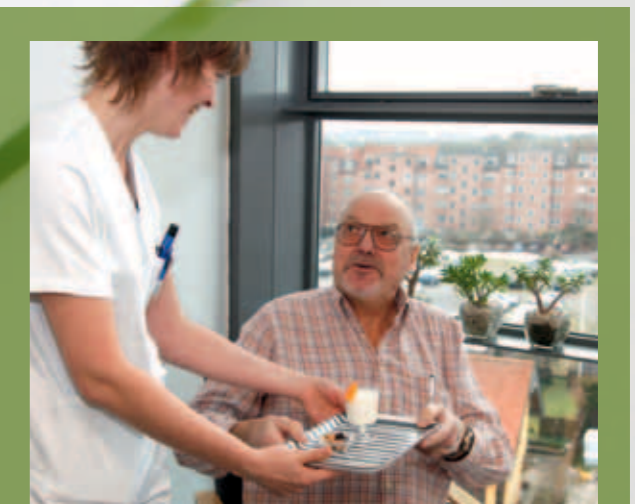
Konkrete råd gør måltidernes betydning synlig for patienterne og kan være med til at give dem gode måltidsoplevelser under indlæggelsen.

Rådene til måltidet skal altid være tilpasset den enkelte afdelings værdigrundlag og fysiske rammer.

Rådene handler om betydningen af måltiderne, hvor måltiderne kan indtages, og om patienten og personalets ansvar i forbindelse med måltiderne.

Gode måltidsråd, mens du er indlagt

- Her på afdelingen har vi fokus på mad og måltider
- At spise er vigtigt og ses som en del af din behandling
- Måltiderne skal være gode pauser i løbet af dagen
- Dine hovedmåltider vil blive anrettet for dig ved madvognen/buffeten
- Når du har energi til det, bedes du selv hente din bakke samt afrydde den efter måltidet
- Du er altid velkommen til at bede om mere mad, også udenfor de faste spisetider
- På menukortet kan du orientere dig om dagens måltider
- Du har mulighed for at spise på din egen sove eller i en fælles spise-stue
- I spise-stuen kan du spise sammen med andre patienter eller dine pårørende
- Spisning med andre kan gøre dine måltider mere hyggelige
- Hvis du har lyst til at spise i spise-stuen, kan du også gøre det
- Du har også mulighed for at spise i spise-stuen



Kend patientens individuelle måltidsvaner

Ernæringscreeningen omhandler fysiske data. Ud fra disse laves en plan, der skal sikre at patienten får den rette ernæring under indlæggelsen.

I forbindelse med projekt „Værtsskab“ har vi fået erfaring med at supplere ernæringscreeningen med en mere personlig vinkel.

En forståelse for den enkelte patients måltidsvaner skaber et bedre udgangspunkt for at vejlede ham eller hende, når der opstår ernæringsproblemer under indlæggelsen.

Patientens måltidsvaner afdækkes ved hjælp af seks spørgsmål, som kan flettes ind i indlæggelsessamtalen på en naturlig måde.

Patientens måltidsvaner beskrives efterfølgende i sygeplejeturnalen.

Der er nu skabt gode forudsætninger for at tilbyde individuel ernærings- og måltidsforplejning.

Hvad spiser du normalt derhjemme?

Hvornår på dagen spiser du dine måltider?

Hvor lang tid tager dine måltider?

Hvilket måltid nyder du mest i løbet af dagen?

Hvor spiser du gerne dine måltider?

Spiser du gerne sammen med andre eller spiser du helst alene?

Forventningens glæde

Hvad skal vi have at spise i dag? Er det mon noget, jeg kan lide, eller skal jeg hellere bede om at få et andet tilbud?

Som vært bør du informere dine patienter om dagens måltider og tage hensyn til individuelle behov og smagspræferencer. Det kan være svært at tage stilling, hvis muligheden først præsenteres samtidig med, at maden er klar til servering.

Et flot menukort er første skridt til at skabe forventning om dagens måltider og bør være tilgængeligt for alle patienter. Et staffeli er en indbydende måde at præsentere det på. Et sådan fås i mange udgaver, for eksempel i form af en smuk metalindramning. Men du kan også anskaffe et billigt træstaffeli eller sætte menukortet i en plastiklomme. Menukortet kan også udleveres til den enkelte patient.

På den måde får dine patienter hurtigt et overblik over dagens muligheder, og du giver dem mulighed for at sige til i god tid, hvis de skulle have særlige ønsker.



Forbered måltidet

– klar til at spise

Servering af måltidet

Nu skal forventningens glæde forløses – mad og måltider kan gå op i en højere enhed. Køkkenpersonalet har gjort deres arbejde. Nu er det din tur til at få maden til at se indbydende og appetitlig ud og skabe rum for gode måltidsoplevelser.

Du skal tænke i tre scenarier: det store, som omhandler **omgivelserne**. Det lille, som omhandler **selve tallerkenen og bakken**, som maden serveres på. Det intime, der handler om patienten som **din gæst**.

Omgivelserne

Her i kataloget giver vi ideer til, hvordan du kan optimere rummet og omgivelserne med grønne planter, billeder med mere. Husk også på at få ryddet op. Stop op og kig dig omkring – brug dine sanser – kunne du selv tænke dig at spise i de omgivelser, der er til rådighed for dine patienter? Er sengebordet ryddeligt? Er der en behagelig temperatur? Og hvordan med lugt?

Bakken

En serveringsbakke kan friskes op med en dækkeserviet i farver. Skift gerne farve efter årstiden og højtider. Husk at lægge alt frem på bakken, der skal bruges til måltidet: bestik, servietter – gerne i kraftig kvalitet, vådservietter, salt og peber, tandstikker. Ekstra tilbehør til maden kan serveres i små glasskåle ved siden af, så tallerkenen ikke ser for fyldt ud. En lille blomst på bakken gør også underværker.

Det intime

Sørg for, at patienten føler sig soigneret til måltidet, hvad enten han/hun sidder i sin seng på stuen eller blandt andre patienter og pårørende i et fælles spiseområde. Som minimum skal hænderne være vasket eller tørret af i vådserviet, og tænk ellers på, om tøjet er rent, håret redt og så videre.



Toppings

– *gør maden personlig*

Mad skal være indbydende, appetitvækkende og en fryd for øjet

Tænk over, hvem du serverer mad for?

- Livsnyderen, der elsker ny og spændende mad.
Kendetegn: Mad, der overrasker
- Den traditionelle, der er glad for gammeldags mad.
Kendetegn: Enkel og genkendelig mad
- Den kræsne, som ikke interesser sig væsentligt for mad.
Kendetegn: Simpel og gerne blød mad
- Den madglade, som spiser meget.
Kendetegn: Mad skal mætte

Gør retterne fleksible med forskellige toppings, der matcher patienternes forskellige behov. Tilbehør som cremefraiche, parmesan, oliven, kapers og krydderurter kan serveres enten ved, på eller ved siden af retten.



Anretning og servering

– *gør den store forskel*



Smagsoplevelsen af en protein- og energidrik bliver påvirket af den måde, drikken serveres på. En flot serveret drik i klart engangsvinglas med en smule søde eller salte snacks som tilbehør kan fremme appetitten. Målet er at gøre mere ud af serveringen og at fjerne fokus fra, at proteindrik skal indtages som medicin.

En indbydende og flot serveret proteindrik kan være med til at gøre smagsoplevelsen af proteindrikke bedre. Dermed vil den være lettere at indtage for småtspisende patienter.

Hvordan serveres mellemmåltiderne bedst?

Små forandringer kan gøre en stor forskel i praksis

Servering og anretning har indflydelse på lysten til at spise mellemmåltiderne. Hvordan kan vi i praksis „sælge“ mellemmåltiderne bedst samtidig med, at de hygiejniske regler for madservering overholdes?

Der findes flere måder at gøre udvalget af mellemmåltider synlig på.



Kræsevognen: En speciel fremstillet vogn, der kun har til formål at kræse for småtspisende patienter. Kræsevognen transporteres rundt til patienterne på sengestuerne og har et stort udvalg af lækre og fristende mellemmåltider.

Vognen betjenes af personale i afdelingen. Merudgiften til kræsevognen betaler sig, da småtspisende patienterne bliver hurtigere raske, hvis de sikres tilstrækkeligt at spise.

Selvbetjeningsbuffetvogn: Et stort rullebord eller en buffetvogn med hvid dug og friske blomster. Ved hjælp af et par glasfade, et par farverige tallerkner eller skåle, portionsdesserter, som stilles på en køleplade og lidt udskårne frugter som pynt, er det muligt at få mellemmåltiderne til at være mere indbydende for patienterne, samtidig med at de hygiejniske regler overholdes.

De fleste ting på vognen kan let anskaffes, da de allerede findes på sygehuset. Fade, skåle og lignende kan indkøbes for få midler.

Safety on board

- Patientinformation på en ny måde

Patientinformationer om ernæring ligner ofte de mange andre informationsfoldere, som patienterne får udleveret ved indlæggelsen.

Vi oplever, at mange af informationerne ikke bliver læst. Derfor er der behov for en ny måde at informere på.

De viste ernæringsinformationer er lavet ud fra samme princip som „safety on board“, der anvendes ombord på passagerfly.

Informationerne giver ved hjælp af flere sjove billeder samt meget konkret tekst vejledning i forhold til seks problemområder relateret til kostindtag, når man er syg.

Informationskortene er lavet med tydelig skrift, i en tydelig farve samt lamineret, så de kan afsprittes efter brug.

Kortene kan udleveres til patienten, men kan også bruges som inspiration og vejledning til dig og dine kolleger i forhold til følgende problemområder;

- Gode råd ved diarré
- Gode råd ved nedsat appetit
- Gode råd ved tygge- og synkeproblemer
- Gode råd ved kvalme
- Gode råd ved mundgener og mundtørhed
- Gode råd ved smagsændringer



Skab rammer til hygge og fællesskab



I de fleste kulturer er dagens måltider der, hvor familierne samles, og hvor der opleves sammenhold og fællesskabsfølelse. Ved en indlæggelse på et hospital mangler patienterne ofte det aspekt ved måltidet, og det kan påvirke patientens glæde ved måltiderne.

Indretning af en fælles spisestue og at skabe mulighed for, at pårørende kan spise medbragt mad, kan fremme det sociale aspekt ved hovedmåltiderne. Gode og hyggelige rammer for måltidet samt mulighed for at vælge socialt selskab kan måske fremme patientens lyst til at spise og gøre måltidet til en god „pause“ under en indlæggelse.

Ved måltiderne kan patienten skabe nye sociale relationer til mennesker i samme livssituation.



Indretning

har betydning for måltidsoplevelsen

Måltidsoplevelsen er en multisensorisk oplevelse. Den er et samspil mellem den fysiologiske smag samt sociologiske og kulturelle faktorer.

For at skabe varme og liv i rummet kan man vælge at male rummet – eller dele af det – i en rolig, varm og dejlig farve. Tal med maleren om hvilke farver, der egner sig bedst.

Udsmyk væggene med flotte inspirerende motiver, der samtidig hjælper rummet med at skille sig ud fra resten af sygehuset og blive det pauserum, det skal være.

Grønne planter tilføjer rummet liv. Møbler, vaser, fade, gardiner, dug på bordet og kunst er alle ting, som er med til at skabe en god atmosfære i rummet.



Skab stemning



Kom tættere på naturen

Ryk årstiden inden for med blomster, sten og kogler. Synet af og duften af friske blomster i glasvaser er et billigt tiltag med stor indflydelse på patientens oplevelse af rummet.

Et enkelt og stilfuldt frugtfad kan gøre den traditionelle frugtkurv til en fryd for øjet og en pyntegenstand i afdelingen.

Detaljer i rummet

Enkelte tiltag og få pyntegenstande kan være med til at skabe en hyggelig og hjemlig stemning i patienternes fælles opholdsrum. Småt nips som vaser, figurer og bøger er nemme at placere og tilføjer rummet fine detaljer.

Stemmingsfuldt lys

Det er vigtigt at tage stilling til, hvor det funktionelle lys kan suppleres af blødt stemningslys, der understøtter en god atmosfære.

Bland gerne forskellige lamper som pendler, bordlamper og standerlamper.

Musik

Stille og behagelig musik kan være med til at få dine patienterne til at slappe af og i højere grad føle sig i trygge omgivelser.

Et klaver på afdelingen giver en helt særlig stemning og kan være med til at markere særlige begivenheder og højtider. Musik kan skabe positiv stemning, god atmosfære, give anledning til drømme og refleksion.

Mindre kan også gøre det: en CD-afspiller skænket af personale, som ikke længere har brug for den hjemme, vil kunne gøre gavn på afdelingen. En anden mulighed er at benytte radiokanalen med klasisk musik i afdelingen. Musikken skal være dæmpet og må ikke hindre muligheden for samtale under måltidet.



Medbragt mad

Et patientkøleskab giver mulighed for, at man kan medbringe sin egen favoritmad hjemmefra.

Dette giver i højere grad mulighed for at imødekomme specielle behov for dem, som kommer fra en anden kultur.

Mobile patientkøleskabe kan med fordel anvendes hos de patienter, der er i isolation.



Zoneopdeling

– skaber ro og mulighed for at vælge

Bevidst indretning kan skabe orden, overskuelighed og mulighed for at vælge

Privatzone

Patientens seng, sengebord samt eventuelle enestue er her i fokus.

Ved længerevarende indlæggelser er det fordelagtigt, hvis patienten får mulighed for at have betydningsfulde private ting tæt på sig, for eksempel billeder af familie, tegninger, breve samt oversigtkalender med dag/dato.

Idet pladsen ofte er lille, er en personlig opslags-tavle i opfriskende farver et godt valg, som kan være med at skabe en privatzone for patienten.

Varme farver på en grå stue og et sted til private ting kan gøre patientstuen hjemlig og mere hyggelig.

Fælleszone

Her tænkes på dele af gangarealet og patienternes fællesrum.

I fælleszonen fjernes al sygdomsinformation, og der kan i stedet for laves en hyggelig, positiv og inspirerende udsmykning.

En fælles spisestue kan gøres hyggelig ved at male stuen i en varm farve og ved at sætte friske blomster eller grønne planter ind i rummet. Billederne på væggene i denne zone skal være inspirerende og positive.

Rolig musik kan også være med til at gøre denne zone af afdelingen til et afslappende „pauserum“, hvor patienterne kan slappe af og hygge sig med familie og medpatienter.

Informationszone

I et afgrænset område af gangarealet i afdelingen samles al sygdomsrelateret information.

En bevidst gennemgang af hvilke informationer, som er nødvendige, kan nedsætte antallet af patientinformationer væsentligt. Patienterne og pårørende har nu mulighed for at vælge, hvornår de har lyst og overskud til at læse de forskellige informationer.

Denne zoneopdeling sikrer, at patienterne og pårørende ikke konstant bombarderes med direkte eller indirekte sygdomsinformation, men i stedet selv kan søge informationen, når de føler sig klar til at modtage den.



Udnytter I pladsen korrekt?

Køkkenerne i afdelingerne er små, men måske kan I udnytte den begrænsede plads bedre?

Vi anbefaler, at I gennemgår køkkenet og tager stilling til, hvad der **skal** og **kan** være tilgængeligt.

For at kunne tilgodese individuelle madbehov er det nødvendigt, at I i afdelingen har et sortiment af madvarer, der tilgodeser disse behov.

Vi anbefaler også, at I laver en gennemgang af jeres madbestillinger, hvor I sammen med Centralkøkkenet eller jeres kliniske diætist finder frem til, hvad der er vigtigt, at I har netop i jeres afdeling.

På denne måde udnyttes den plads, der er til rådighed bedst muligt, og samtidigt sikres et fonuftigt sortiment af madvarer, der tilgodeser patienternes forskellige behov.



Mad betyder at leve, og mad er til at leve af. Mad er indvævet i den menneskelige eksistens, i livets gang som meningsfuldt fænomen og som grundvilkår for at opretholde hvert enkelt liv. Mad er substans og symbol, og den er et udtryk for natur og kultur, idet den både er en biologisk nødvendighed og har sociokulturel betydning.

Fürst, 1993.