

Helsedirektoratet

henriette.walaas.krogh@helsedir.no

Vår ref. BC

Oslo, 01.november 2019

Innspill om nasjonal ernæringsstrategi for eldre

Diabetesforbundet er en uavhengig interesseorganisasjon for folk som har diabetes og andre som er interessert i diabetes. Forbundet ble stiftet i 1948 og har omkring 33 000 medlemmer, 17 fylkeslag og 112 lokalforeninger. Diabetesforbundet jobber for et godt liv med diabetes – og en framtid uten.

Diabetesforbundet viser til Helsedirektoratet invitasjon til innspillsmøter i forbindelse med utarbeidelsen av Nasjonal strategi for godt kosthold og sunn ernæring hos eldre som mottar tjenester i sykehjem og hjemmetjeneste. Vi har dessverre ikke mulighet til å delta på møtene, men takker for mulighet til å uttale oss om strategien. Vedlagt følger våre forslag.

Hvilke grep må gjøres for å sikre at det systematiske ernæringsarbeidet holder tilfredsstillende kvalitet i alle ledd?

Det viktigste for å sikre tilfredsstillende kvalitet i ernæringsarbeidet er kompetanse. Dette gjelder for alle som er ansatt i sykehjem og hjemmetjeneste, både utdannede sykepleiere og helsefagarbeidere og ufaglærte vikarer. Dette kan for eksempel løses ved at man har en kommunalt ansatt klinisk ernæringsfysiolog (KEF) eller annet helsepersonell med ernæringskompetanse som kan gi opplæring og bidra til å sette fokus på området. Her kan eventuelt samarbeid på tvers av kommuner være aktuelt.

Hvilke tiltak kan gjøres for å styrke den ernæringsfaglige kompetansen i helse- og omsorgstjenesten?

Å ansette en person med spesiell kompetanse på ernæring i hver kommune, eventuelt som et samarbeid mellom flere små kommuner, vil kunne bidra til at det blir enklere å gjennomføre kompetanseheving for de ansatte oftere, det vil være noen som har dette som fokusområde og

som kan ta tak i spesielle og konkrete problemstillinger sykehjemmet eller hjemmetjenester har, med tanke på ernæringsarbeid.

Hvordan kan kommunene sikre tilstrekkelig ernæringsfaglig kompetanse til å kartlegge, vurdere og iverksette målrettede tiltak innenfor ernæring?

For å sikre tilstrekkelig kompetanse innenfor ernæringsarbeid kan det arrangeres en fagdag i året hvor ansatte i sykehjem og hjemmetjeneste får opplæring og kompetanseheving innenfor ernæring. Her vil det bli satt fokus på enkle tiltak som kan gjøres og ikke minst hvor viktig ernæringsarbeidet er for helse, trivsel og livsglede. Om kommunen ikke har ansatt en egen KEF, kan en ekstern hentes inn til slike fagdager. Det bør også være en kontaktperson man kan nå om man har spørsmål knyttet til ernæring, altså en slags veiledningstjeneste i ernæringsrelevante spørsmål.

Hvordan sikre at mattilbudet i hjemmetjenester og sykehjem er tilpasset individuelle behov og preferanser?

For å kunne tilpasse mattilbudet i hjemmetjenester og sykehjem til individuelle behov og preferanser er det viktig med en grundig kartlegging. Denne bør inkludere en kostanamnese, sosiale forhold for hjemmeboende og en eventuell anbefaling om personen trenger tilpasning av kosten hva gjelder berikning, konsistenstilpasning osv. Kartleggingen må omfatte både sykehistorie og medisinske hensyn, men kanskje vel så viktig er det å også få en oversikt over personens egne preferanser og forutsetninger for matlaging og/eller spising.

I tillegg må logistikken være sånn at det er praktisk mulig å tilpasse mattilbudet til individuelle behov. Vi må ha flere kokker som er ansatt i kommunene, som har kompetanse i diagnosetilpasset kost. Samtidig er det viktig at mat ikke skal bli en behandling for alle diagnoser, f.eks. diabetes. Det viktigste er å forhindre underernæring og sikre god livskvalitet. Derfor må individets ernæringsbehov komme først, og behandlingen må tilpasses deretter.

Stadig flere personer med innvandrerbakgrunn på sykehjem og som trenger bistand fra hjemmetjenesten vil også trenge individuell tilpasning. Diabetesforbundet er opptatt av likeverdige helsetjenester for alle uavhengig av bosted, bakgrunn og individuelle behov.

Hvordan stimulere helse- og omsorgstjenesten til å ta i bruk retningslinjer, veiledere og alle gode eksempler som allerede ligger der?

For at helse- og omsorgstjenesten skal ta i bruk retningslinjer, veiledere og alle gode eksempler er det viktig at dette blir løftet frem med jevne mellomrom. Her vil en fagdag som nevnt over kunne bidra positivt for å vise og minne om alt tilgjengelig materiell og retningslinjer. Nødvendigvis må det også være tid blant helsepersonell til å gjennomføre ernæringsrelaterte tiltak, kartlegginger og tilpasninger. Dette kan man bidra til ved å få det inn som en naturlig rutine. Et slikt ansvar kan en fagsykepleier ha, for nettopp å løfte frem og minne om retningslinjer og veiledere, og passe på at dette følges i det daglige arbeidet.

Hva må til for at flere eldre skal få en individuell ernæringsplan som tar hensyn til deres sykdom og behov, også i overgangene mellom sykehus og hjem/kommune?

For at eldre skal få en individuell ernæringsplan som tar hensyn til sykdom og behov trenger man en elektronisk pasientjournal som er tilgjengelig både for primær- og spesialisthelsetjenesten. Det bør ikke være pasientens eget ansvar å holde orden på dette, og det vil spare de ansatte mye tid om en grundig kartlegging blir gjort og kan følge pasienten videre i helsetjenesten. Denne må riktignok oppdateres med jevne mellomrom, men vil begrense tiden som må brukes på kartlegging med tanke på ernæringsbehov, preferanser og andre forhold som påvirker dette.

Hvordan kan kommuner og/eller frivillige organisasjoner styrke sitt arbeid og sine tiltak for å skape møteplasser der folk kan spise sammen?

Kommuner og frivillige organisasjoner kan styrke sitt arbeid og sine tiltak for å skape møteplasser ved å jobbe sammen. Flere frivillige organisasjoner kan jobbe på tvers for å sikre et godt og bredt tilbud, der noen kan tilby transport, noen matlaging, noen aktiviteter osv. Kommunen må legge til rette økonomisk for å kunne gjennomføre slike aktiviteter og sikre

samskapning på tvers av ulike sektorer og aktører, og eventuelt stille med kvalifisert (helse)personell der det er behov.

Dagsenter er et eksempel på en viktig møteplass for sosialt samvær, men ikke minst for å ha gode måltider. Fellesskapet i det å spise sammen øker livskvaliteten og matlysten, som igjen fører til bedre helse, mindre underernæring og mindre ensomhet og depresjon.