



## ***PRESSMEDDELANDE***

### **Finns det hemlagad mat inom äldreomsorgen? Ja, i Nordmaling!**

Bristande näringsintag hos äldre är ett stort problem som ger både onödigt lidande och ökade kostnader. Äldreomsorgen i Nordmaling fått upp ögonen för hur viktigt det här är och har den senaste tiden lagt stort fokus på nutritionsfrågorna.

Det naturliga åldrandet innebär ökad risk för att få problem som kan leda till att man har svårt att få i sig tillräckligt med energi och näringsämnen. Muntorrhet, tugg- och sväljsvårigheter, trög mage och dålig aptit är vanligt, och många äldre saknar motivation för att äta tillräckligt. En person som är undernärd har också lättare att falla, få frakturer och att utveckla trycksår. Allt hänger ihop.

För att komma tillrätta med de här problemen har kommunen haft Lina Abrahamsson, legitimerad dietist, anställd. Nutritionsfrågorna har varit högt uppe på agendan och engagerat flera olika yrkesgrupper.

#### **Rutiner för matglädje**

Nya nutritionsrutiner inom särskilt boende har skapats och även nya riktlinjer med fokus på mat och matglädje. Med recept och tips har Lina inspirerat personalen och ökat deras förståelse för hur viktigt ett gott nutritionstillstånd hos de äldre är.

#### **Ny måltidsordning**

Den nya måltidsordningen innebär att nattfastan nu är kortare än tidigare.

På helgerna serveras det också festligare mat och personalen lägger ner extra omsorg på att duka bordet fint. Det är viktigt att de äldre känner en skillnad mellan vardag och helg, precis som de säkert gjorde när de bodde hemma.

Vårdpersonalens engagemang är mycket viktigt när det gäller att förbättra vårdtagarnas hälsa. Genom en personal som är medveten om kostens betydelse kan man lättare upptäcka individer som är i riskzonen och på så sätt förebygga undernäring.





## Ny förbättrad matsedel

En ny 7-veckors matsedel med förbättringar i energi och näringsinnehåll har tagits fram.

Numera är alla måltider som serveras inom särskilt boende i Nordmalings kommun kompletta och uppfyller kravet på energi- och näringsinnehåll.

Här gör kökspersonalen på Tallbacken ett stort arbete! De är mycket engagerade i att se till att de äldre får välsmakande och hemlagad mat. De arbetar också med olika kostkonsistenser som kan beställas från köket när en vårdtagare behöver konsistensanpassad mat, som de timbaler och patéer som serveras till de som har svårigheter med att tugga och svälja.

Idag, när trenden allt mer går mot färdiga matlådor och liknande som transporteras långt, är Tallbackens arbete med hemlagad mat guld värt!

Förbättrat näringstillstånd hos de äldre innebär framförallt piggare och friskare individer med höjd livskvalitet. Det innebär också en minskad vårdtyngd, mindre arbetsbelastning och reducerade vårdkostnader. Det målet är vi i Nordmaling på god väg att nå.

### **Mer information:**

Birgitta Wallin, medicinskt ansvarig sjuksköterska  
0930-141 78, 070-657 80 82

