



LEHMUSTOKOTI KRS 3

Ikäihmisten ravitseminen käytännössä
Lähihoitaja Kikka Velin



Laitosruokailu asumispalveluissa yli 5 vuotta sitten

ENNEN yli 5 v sitten:

- Ravinnon merkitys sairauksien hoidossa ollut huomaamattomampi, käytännössä ei juurikaan kiinnitetty huomiota muuhun kuin ruuan antamiseen ikäihmisille ja näläntunteen lopettamiseen.
- Ruokailuihin kiinnitetty vähemmän huomiota, pääasia että kaikki saavat tarjotun ruuan ja juoman
- Ruuan sisältöön tai ulkonäköön ei kiinnitetty huomiota, lisäravinteet annettiin usein purkista.
- Ruokailutilanteet usein kiireellä toteutettuja, hitaat syöjät ja syötettävät asukkaat jääneet vähemmälle huomiolle.





LAITOSRUOKAILU ASUMISPALVELUISSA TÄNÄÄN

- Hoitajien tietämys monipuolisesta ravinnosta ikäihmisille kasvanut, osataan pyytää keittiöltä oikeanlaisia aterioita myös erikoisruokavaliota noudattaville asukkaille
- Ymmärretään hyvän ruuan ja paremman mielen yhteys ikäihmisten kokonaisvaltaisessa hoidossa.
- Halutaan tarjota päivään myös sisältöä, mikä onkaan parempaa kuin lounas muiden ihmisten seurassa ?



Lisää positiivista kehitystä

- Aukkaan omat mieltymykset huomioidaan jokapäiväisen ruokailun toteuttamisessa.
- Osallistetaan asukkaita ruokailuhetkessä, kuunnellaan juomatoiveita, annetaan tehdä itse ym.
- Ruuan sisältöön/ravintoarvoon panostetaan, pyydetään herkemmin keittiöltä lisäruokia erikoisruokavalioon, esim piltti hedelmäsoset, vellit ym.
- Otetaan huomioon myös ruuan esillepanon tärkeys, käytetään tarjottavan ruuan mukaisia astioita (syvät lautaset keitolle, leipälautanen jne)





Muuta opittua

- On opittu tarjoamaan annoksia jotka vastaavat asukkaan ruokahalua, aina voi pyytää lisää ruokaa
- Tarjotaan ruokailuhetkiä joissa korostuu yhteisöllisyys, hyvä ruoka ja asukkaan omat mieltymykset.
- Huomioidaan kausien vaihtelut ja juhlapyhät





Kiitos!

