

Kotihoidon asiakkaan tukeminen ravitsemuksessa

Anne Toivanen, EKSOTE, kotihoito

Kotihoidon asiakkaan ravitseminen

Kotihoito

- Kotihoidolla on vastuu järjestää sekä tukea asiakasta niin että asiakas saa riittävästi ravintoa, ikääntyneiden ruokasuositusten mukaisesti
 - vähintään noin 1600 kcal/vrk
lisäksi runsaasti kivennäisaineita,
vitamiineja ja proteiinia



Ikääntyneiden ruokasuositus

- [Vireyttä seniorivuosiin – ikääntyneiden ruokasuositus \(julkari.fi\)](https://julkari.fi)



Asiakkaan ravitsemuksen eri tukimuodot kotihoidossa

- Hoitajat
 - Lähikäynti
 - Etäkäynti
- Omaiset
- Yksityinen palveluntuottaja
- Henkilökohtainen avustaja
- Perhehoito
- Ateriapalvelu
 - Asiakkaan valitsemalta palvelun tuottajalta
- Menukat –ateria-automaatti

Hoitajan lähikäynnillä

- Viikko-ohjelma
 - Ajan tasalla
- Ruuan sekä nesteiden tarjoaminen joka käynnillä
- Asiakkaan pitäisi syödä tasaisesti 5xpvä
 - Aamupala. Lounas, välipala, päivällinen ja iltapala
- Jääkaapin sisällön seuranta
 - Mitä on jääkaapissa (onko riittävästi laadukasta syötävää, esim.proteiini pitoisia välipaloja)
 - Vanhat ruuat pois
 - Nesteitä 1-1,5l (5-8 lasillista) ruuan mukana saatujen nesteiden lisäksi.
 - Huomioi HELLE --> muutaman lasillisen lisäys
- Kauppatilaus
 - Asiakkailla proteiiniköyhä ravitsemus, C-vitamiini

Hoitajan lähikäynnillä; asiakkaan tilanne

- Yhteyden pito kaupassa kävijään
 - Omainen
 - Naapuri
 - Yksityinen palveluntuottaja jne...
 - Kerro rohkeasti asiakkaan tarpeista ammattilaisen näkökulmasta
- Asiakas itse käy kaupassa
 - Ravitsemusohjaus
 - Yhdessä ostoslistan tekeminen
- Suun terveydestä huolehtiminen
 - Hampaiden pesu
 - Hammasproteesi
 - Onko sopiva
 - Pystyykö puremaan
 - Hiertääkö

Hoitajan lähikäynnillä; kirjaus

- **Kirjaa tarkasti**
 - Mitä on tarjolle laitettu
 - Millainen on ruokahalu
 - Minkä verran syönyt
 - Onko syömisessä ongelmia
 - Ruuan koostumus
 - Nieleminen
 - Pureminen (omat hampaat/proteesit)

Hoitajan lähikäynnillä; ravitsemuksen seuranta

- Kotiin tuodun lämpimän aterian syömisen seuranta
 - Tarkoitettu kerralta syötäväksi riittävän päivittäisen energiamäärän (500-600kcal) turvaamiseksi
 - Normaali ikäihmisen energiatarve on 1500-1600kcal, vähän liikkuvalla alle 1500 kcal/vrk (lähde: Vireyttäseniorivuosiin – ikääntyneiden ruokasuositus)
 - Lounaaksi ja päivälliseksi jaettaessa tarvittavat kalorit eivät täyty
 - Jos jaetaan kahteen osaan niin aamu- väli- sekä iltapalan tulisi olla paljon energiaa sisältävät
 - Vähintäänkin lämmitä toinen puoli päivälliseksi tai eines ateria
 - Voisiko asiakas tehdä sen ohjattuna itse, jos ei ole hoitajan lähikäyntiä? Etäkäynti?
- Vatsan toiminnan seuraaminen
 - Kysele!
 - Kirjaa!

Hoitajan etäkäynti videovälitteisesti

- Viikko-ohjelman mukaisesti toimiminen
 - Aterian lämmitys
 - Jos asiakas itse lämmittää einesaterioita ja aamulla on hoitajan lähikäynti voisiko hoitaja laittaa aterian lautaselle valmiiksi jääkaappiin (kun tämä on kirjattu tiedettäisiin mitä asiakas syö)
- Valvottava ateriointi
- Asiakkaan ohjaus ravitsemuksessa
 - Aterioiden sisältö
 - Ostoslista
- Painon seuranta
- Vuorovaikutus kotihoidon kanssa
- KIRJAUS

MENUMAT

- Maukkaita aterioita
 - Asiakas voi itse valita ateriat listalta oman mieltymyksen mukaisesti
 - Myös jälkiruokia
- Helppokäyttöinen ja turvallinen
 - Lisää asiakkaan toimintakykyä
- Ruokailu säännöllistä oman aikataulun mukaista
 - Lisää itsemääräämisoikeutta



<https://www.menumat.fi/>

Reagoi välittömästi

- Painoindeksi alle 23
- Painon putoaminen yli 3 kg kolmen kuukauden aikana
- Akuutti sairaus, infektio tai painehaavoja
- Leikkaus tai sairaudesta toipuminen
- Ongelmat suunterveyden tai hampaiden/proteesien kanssa
- Nielemisongelmat
- Lääkkeiden aiheuttamat sivuvaikutukset (makuhäiriöt, kuiva suu, pahoinvointi, ripuli, ummetus)
- Muutokset tavallisissa arkirutiineissa, kuten hoitajakso sairaalassa, kotiuttaminen sairaalasta.

Työkalut ravitsemuksen seurantaan

- Painon mittaus
 - Luotettavin ja helpoin tapa seurata asiakkaan ravitsemusta sekä terveydentilaa
- Vähintään kerran kuukaudessa
 - Jokaisella oma vaaka
 - Mittaus virheet
 - KIRJAA
- Painon seuranta
 - Katso RR-lehdeltä aikaisempia painon mittauksia
- Hoito- ja palvelusuunnitelma
 - Kirjataan asiakkaan ravitsemushoidon tavoitteet sekä keinot niiden saavuttamiseksi
 - Päivitys asiakkaan laihtuessa tai 3kk välein

Työkalut ravitsemuksen seurantaan

- Asiakkaan habitus
 - Vaatteet roikkuu päällä
 - Sormukset pyörii sormessa
 - Kaatumiset
 - Sekavuus
- Ruuan seuranta lomake
- Jääkaapin sisällön seuranta
 - Häviääkö ruokaa jääkaapista
 - Jos jää jatkuvasti pois heitettävää ruokaa REAGOI

MNA-testi

- MNA-testi
- RAI
- GILLIE (tekoäly)
- Muistin seuranta
 - MMSE

Lue tarkasti ajatuksella kysymys! Usein väärin ymmärretty.

Kasikirja

Mittarit

CAPs

Hälytykset

»

2. Ravinnonkulutus

Tarkoitus:

Aterioiden koosta huolimatta henkilöt, jotka syövät aterian kerran päivässä tai harvemmin, eivät todennäköisesti saa riittävästi ravintoa.

Kysymys ruokailujen määrästä on johdantona keskustelulle ravinnon nauttimisesta. Jos asiakas syö kolme valmistettua ruokaa (kylmää tai lämmintä) joka päivä, energian saanti on todennäköisesti riittävä. Jos asiakas syö vähemmän aterioita, niiden tulee olla koostumukseltaan erittäin hyviä, jotta riittävä energian ja ravintoaineiden saanti turvattaisiin. Harvat ateriat voivat olla merkinä alentuneesta ruokahalusta, mielialaongelmista, lääkityskomplikaatioista, alkoholin väärinkäytöstä tai muista ongelmista.

Määrittely:

Huomattava väheneminen viimeisen kolmen vuorokauden aikana asiakkaan normaalisti nauttiman ruuan ja juoman määrässä. Väheneminen on suhteutettava normaaliin ravinnon ja nesteen kulutukseen. Huomioi koko 24 tunnin jakso, ei vain ateria-ajat. Asiakas ehkä syö vähemmän ruokailun aikana, mutta nauttii tiheämmin välipaloja. Kaikki väheneminen kokonaiskulutuksessa tulee huomioida.

a. Vähintään kahtena viimeksi kuluneesta 3 vuorokaudesta söi yhden aterian päivässä tai vähemmän.

←

L2 - Ravitsemuksen ja nesteytyksen tila

→

2. Ravinnonkulutus

0. Ei

1. Kyllä

0 1

☒

a.

Vähintään kahtena viimeksi kuluneesta 3 vuorokaudesta söi yhden aterian päivässä tai vähemm...

LISÄÄ MERKINTÄ

☒

b.

Nautitun ruoan tai juoman määrä on ollut havaittavasti normaalia vähäisempää kuluneen 3 vuorokauden aikana

LISÄÄ MERKINTÄ

☒

c.

Riittämätön juominen - ei juonut kaikkia juomia / miltei kaikkia juomia viimeksi kuluneen 3 vuor...

LISÄÄ MERKINTÄ

☒

d.

Letkuravitseminen

LISÄÄ MERKINTÄ

Merkinnät

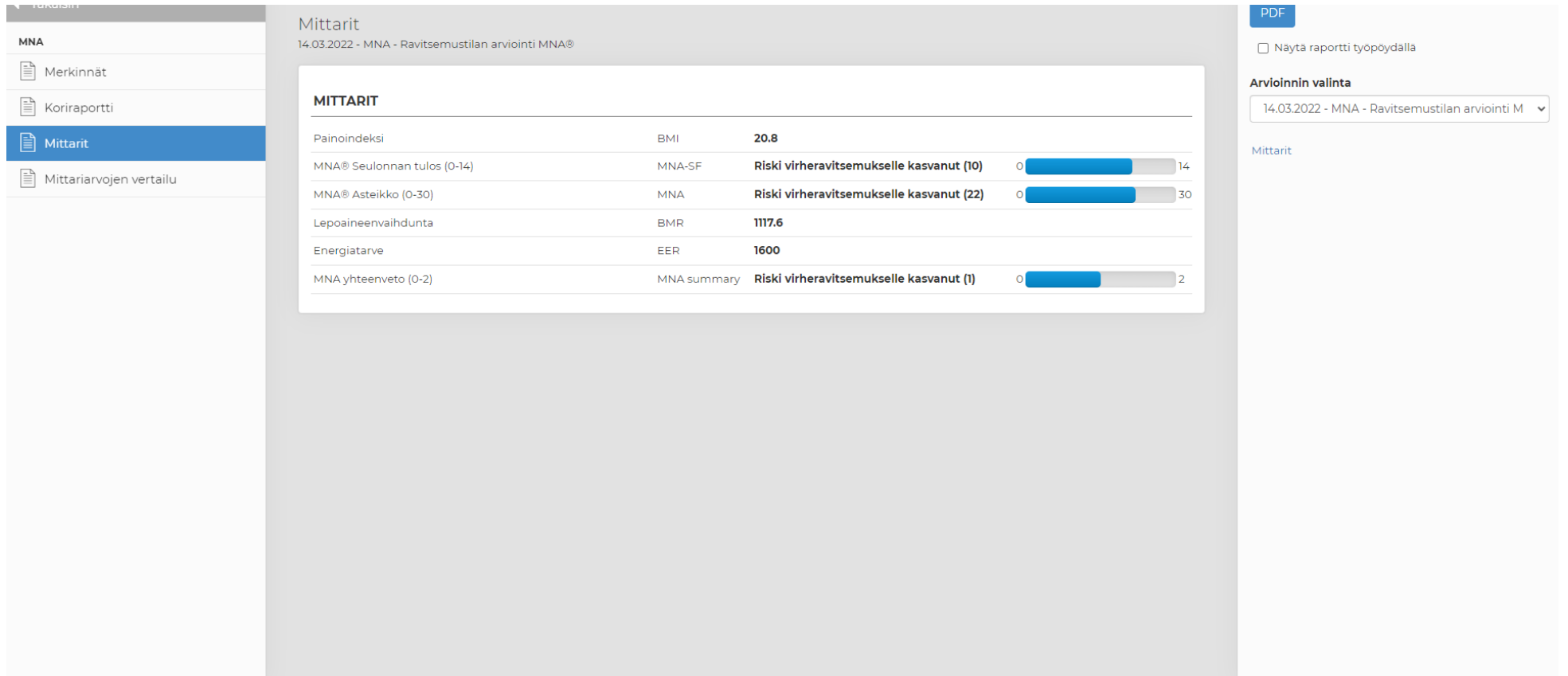
TALLENNA JA JATKA

TYHJENNÄ KENTTÄ

KYSY LISÄÄ

Rain käyttö osana hoitajan työtä

- Hoitajat
 - Rai-->MNA --> raportit -->mittarit

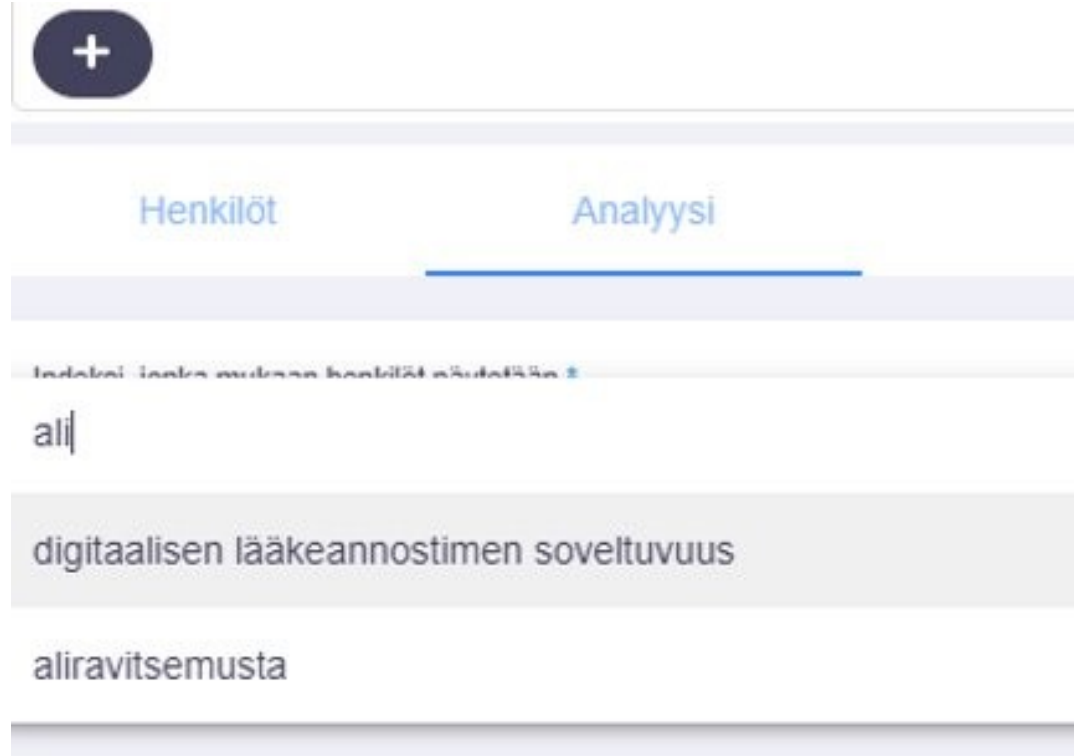


The screenshot displays the 'Mittarit' (Indicators) section of the Eksote Rai system. The left sidebar shows the navigation menu with 'Mittarit' selected. The main content area shows the assessment results for a patient on 14.03.2022. The 'MITTARIT' table lists various indicators and their values, with some having progress bars indicating risk levels.

MITTARIT			
Painoindeksi	BMI	20.8	
MNA® Seulonnan tulos (0-14)	MNA-SF	Riski virheravitsemukselle kasvanut (10)	0 14
MNA® Asteikko (0-30)	MNA	Riski virheravitsemukselle kasvanut (22)	0 30
Lepoaineenvaihdunta	BMR	1117.6	
Energiatarve	EER	1600	
MNA yhteenveto (0-2)	MNA summary	Riski virheravitsemukselle kasvanut (1)	0 2

On the right side of the interface, there is a 'PDF' button, a checkbox for 'Näytä raportti työpöydällä', and a dropdown menu for 'Arvioinnin valinta' set to '14.03.2022 - MNA - Ravitsemustilan arviointi M'.

- Tekoäly
- Poimii tietoja asiakkaan KIRJAUKSISTA
 - Analyysi --> aliravitsemusta --> antaa x määrän asiakkaita



The screenshot shows the Gillie web application interface. At the top, there is a dark blue button with a white plus sign. Below it, there are two tabs: 'Henkilöt' and 'Analyysi'. The 'Analyysi' tab is selected, indicated by a blue underline. Below the tabs, there is a search bar with the text 'alij' entered. Below the search bar, there is a list of search results. The first result is 'digitaalisen lääkeannostimen soveltuvuus'. The second result is 'aliravitsemusta'.

GILLIE asiakkaan näkymä haulla aliravitseminen

! Huomiot

! kaksi kuukautta... Terveystilan poikkeama (palvelutarve (MAPLe-AI))

! kaksi kuukautta... Poikkeama fyysisessä toimintakyvyssä (toistuvasti ruokailun ongelmia)

! kolme kuukautta... Turhia kotihoidon käyntejä

Marja Leena Piepponen

bkitä1

+358400237027 Kuopanreuna 14

Eksote kotihoito Lähihoitaja UNKNOWN 0400750986;

Eksote kotihoito Sairaanhoitaja UNKNOWN 040651188

2 ...

Viestit

Yleiset

BMI	15	!
Paino	34	
Ikä	71	

Palvelutarve

Palvelutarve (MAPLe-AI)

Päivystyskäynnin riski

Turvapuhelimen toiminta

Fyysinen toimintakyky

Fyysinen aktiivisuus

Ruokailu

Arki-suoriutuminen (ADL-AI)

Psyykinen toimintakyky

Terveys

Ravitseminen

Terveystilan epävakaus (CHESS-AI)

Diabetes

Elintoiminnot

Syke	87	!
Yläpaine	127	
Alapaine	83	

gillie_ai

! kaksi kuukautta... Poikkeama fyysisessä toimintakyvyssä (toistuvasti ruokailun ongelmia)

Ruokailuongelmia 14.9.2022 ja 31.8.2022.

14.9.2022 11:32 Etäkäynti:
Keskusteltu eilisestä sairaalakäynnistä ja tiputuksesta, sanoo voinnin olevan hyvän. Lounasta ei ole vielä syönyt, valmis ruoka odottaa jääkaapissa. Ottaa Kalisolin sitten ruokailun yhteydessä.

31.8.2022 11:24 Etäkäynti:
Kertoo että vatsa reistallee, ripuli.
Sanoo että ruoka ei maistu.
KALISOL ja DIASPORAL ei halua ottaa.
Sanoo leppävänsä tämän päivän.
Teetä sanoo juoneensa.
Sanoo pärjäävänsä

Proteiinilisan käyttö on alhainen.
BMI 15 on poikkeava.

Asiakkaan ruokailussa tai ravitsemuksessa on merkittäviä poikkeamia. Selvitä miten asiakkaan ravitsemusta saadaan parannettua.

OK

Yleiset

BMI	15	!
Paino	34	
Ikä	71	

Arki-suoriutuminen (ADL-AI)

Syke 87

Yläpaine 127

Alapaine 83

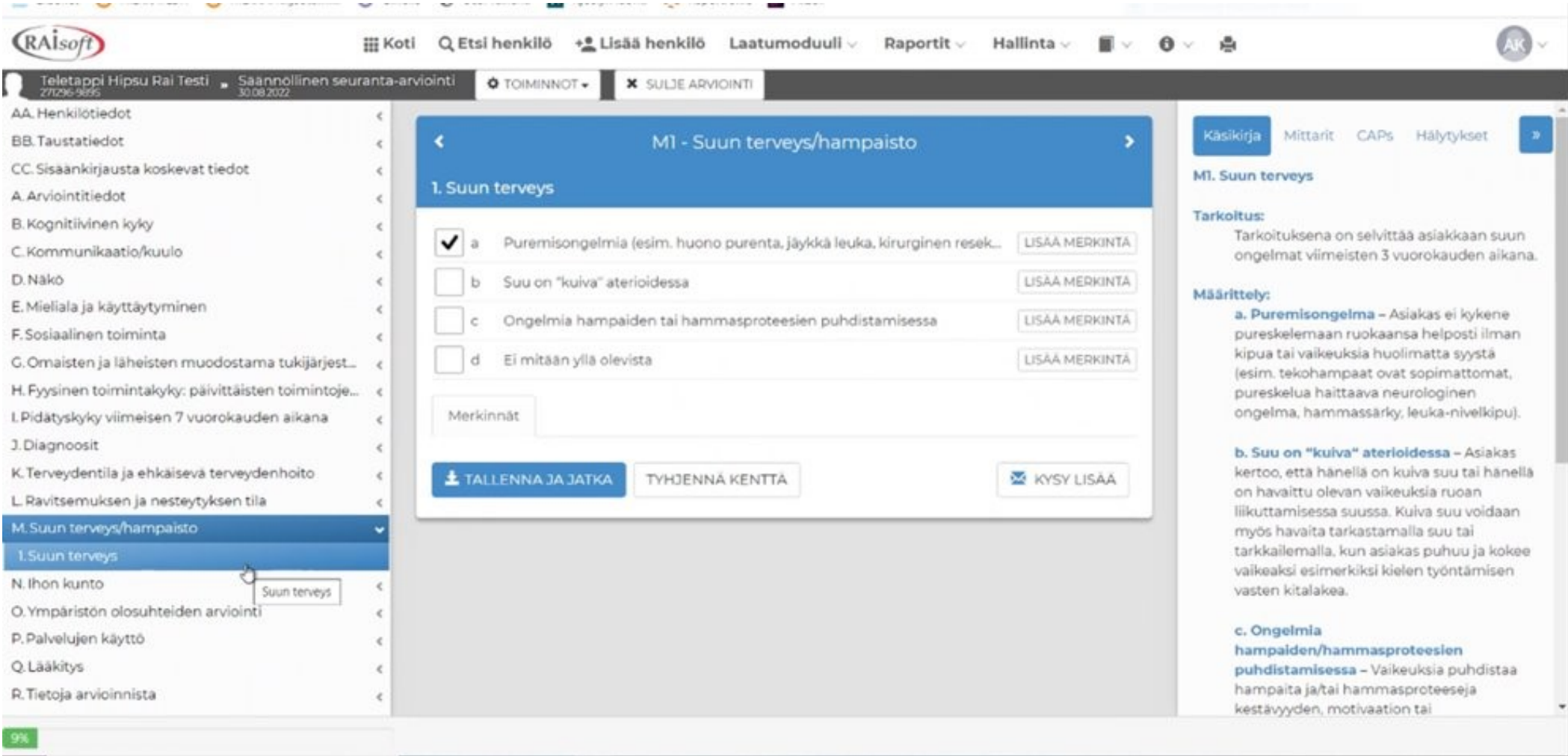
Psyykinen toimintakyky

Elämänlaatu

Elämänlaatu	22	
Sosiaaliset suhteet		
Asumismukavuus		
Ravitseminen		!

Kysymysmerkkiä
klikkaamalla saa esiin tehdyt
kirjaukset ravitsemuksesta

Tulosyksikkötasolla seuranta RAI



RAIsoft Koti Etsi henkilö Lisää henkilö Laatumoduuli Raportit Hallinta AK

Teletappi Hipsu Rai Testi 271296-9595 Saannollinen seuranta-arviointi 30.08.2022 TOIMINNOT x SULJE ARVIOINTI

AA. Henkilötiedot
BB. Taustatiedot
CC. Sisäänkirjausta koskevat tiedot
A. Arviointitiedot
B. Kognitiivinen kyky
C. Kommunikaatio/kuulo
D. Näkö
E. Mieliala ja käyttäytyminen
F. Sosiaalinen toiminta
G. Omaisten ja läheisten muodostama tukijärjest...
H. Fyysinen toimintakyky: päivittäisten toimintoje...
I. Pidätyskyky viimeisen 7 vuorokauden aikana
J. Diagnoosit
K. Terveydentila ja ehkäisevä terveydenhoito
L. Ravitsemuksen ja nesteytyksen tila
M. Suun terveys/hampaisto
N. Ihon kunto
O. Ympäristön olosuhteiden arviointi
P. Palvelujen käyttö
Q. Lääkitys
R. Tietoja arvioinnista

M1 - Suun terveys/hampaisto

1. Suun terveys

☒ a Puresmisongelmia (esim. huono purenta, jäykkä leuka, kirurginen resek... LISÄÄ MERKINTÄ

☐ b Suu on "kuiva" aterioidessa LISÄÄ MERKINTÄ

☐ c Ongelmia hampaiden tai hammasproteesien puhdistamisessa LISÄÄ MERKINTÄ

☐ d Ei mitään yllä olevista LISÄÄ MERKINTÄ

Merkinnät

TALLENNJA JATKA TYHJENNÄ KENTTÄ KYSY LISÄÄ

Käsikirja Mittarit CAPs Hälytykset »

M1. Suun terveys

Tarkoitus:
Tarkoituksena on selvittää asiakkaan suun ongelmat viimeisten 3 vuorokauden aikana.

Määrittely:

a. Puresmisongelma – Asiakas ei kykene pureskelemaan ruokaansa helposti ilman kipua tai vaikeuksia huolimatta syystä (esim. tekohampaat ovat sopimattomat, pureskelua haittaava neurologinen ongelma, hammassärky, leuka-nivelkipu).

b. Suu on "kuiva" aterioidessa – Asiakas kertoo, että hänellä on kuiva suu tai hänellä on havaittu olevan vaikeuksia ruoan liikkuttamisessa suussa. Kuiva suu voidaan myös havaita tarkastamalla suu tai tarkkailemalla, kun asiakas puhuu ja kokee vaikeaksi esimerkiksi kielen työntämisen vasten kitalakea.

c. Ongelmia hampaiden/hammasproteesien puhdistamisessa – Vaikeuksia puhdistaa hampaita ja/tai hammasproteeeseja kestävyuden, motivaation tai

9%

Tulosyksikkötasolla seuranta laatumoduuli

Kaisoft

Koti Etsi henkilö Lisää henkilö Laatumoduuli Raportit Hallinta

Laatumoduuli » Analysointi

RAPORTIT

- Seuraavat kokonaisarviointit
- Arviointimäärät
- Organisaation tilastot
- Yhteenvedo tuloksista
- Asiakastason tulokset
- Keskeneräiset arvioinnit
- Uloskirjattu

LAATUMODUULI

- Analysointi**
- Poikkileikkaus
- Ajanjakso

Laatumittari: Riittämättömät ateriat

Yksikön vuositaulu ja THL palauteraportti

Analyysin toimintatila

☒ Laske henkilöt
 ☐ Laske arvioinnit

Suodata

KAIKKI HC: L2a. Vähintään kahtena viimeksi kuluneesta 3 vuorokaudesta söi yhden on 1. Kyllä % + -

Tulokset

09.09.2022 PDF EXCEL

Valitut yksiköt

	Henkilöt	%
Yhteensä	761	
Kattavuus	733 / 761	96 %
Tulosta ei voida laskea	28 / 761	4 %
Sääntö ei toteudu	691 / 761	90 %
Sääntö toteutuu	42 / 761	6 %

EKSOTE Palvelutarpeenarvointi

	Henkilöt	%
Yhteensä	761	
Kattavuus	733 / 761	96 %
Tulosta ei voida laskea	28 / 761	4 %
Sääntö ei toteudu	691 / 761	90 %
Sääntö toteutuu	42 / 761	6 %

VALITSE ANALYYSIN RAJAUKSET

▼ PÄIVÄMÄÄRÄASETUS

☐ Tänään
 ☐ Ajanjakso
 ☒ Päivämäärä
 09.09.2022

► ASETUKSET

► NÄYTÄ

▼ VALITSE YKSIKÖT / RYHMÄT

- ☐ Koko organisaatio
- ☒ EKSOTE
 Palvelutarpeenarvointi
- ☐ IMATRA
- ☐ LAPPEENRANTA
- ☐ LEMI
- ☐ LUUMÄKI
- ☐ PARIKKALA

Haasteet kotihoidon asiakkaan ravitsemuksessa

- Miten saadaan asiakkaalle maistuva ruoka
 - Mieltymykset
 - Muistisairaudet
 - Psyykkiset sairaudet
 - Lääkitys
- Hoitajien vaihtuvuus
 - Viikko-ohjelmat eivät ole ajan tasalla
- Liian vähän hoitajia
- Riittävä nesteytys
- **Liian vähäiset kirjaukset**

Haasteet kotihoidon asiakkaan ravitsemuksessa jatk.

- Ruokaostokset
 - Kauppakassin sangassa joku muu kuin hoitaja
 - Puutteellinen tieto ikäihmisen laadukkaasta ravinnosta
- Asiakkaan taloudellinen tilanne
- Yksinäisyys
 - Ruoka ei maistu
 - Ryhmäruokailu
 - Tulevaisuudessa suunnitteilla videovälitteisesti ryhmäruokailuhetkiä

KIITOS



[Kuva: Vireyttäseniorivuosiin — ikääntyneiden ruokasuositus \(julkari.fi\)](https://julkari.fi)