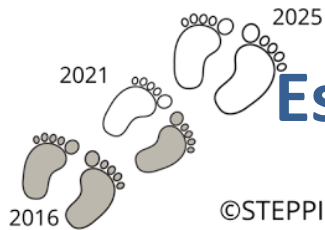


RAI apuvälineenä

ikäihmisen ravitsemustietojen kartoituksessa,
ravitsemuksen suunnittelussa ja seurannassa

Jaana Auressalmi, hoidon ja hoivan laatukoordinaattori ja RAI-yhdyshenkilö,
Suupohjan peruspalveluliikelaitoskuntayhtymä (LLKY)





Esimerkkejä ravitsemukseen ja ruokailuun liittyvästä kehittämistyöstä LLKY:ssä

NNI ASUU KOTONA

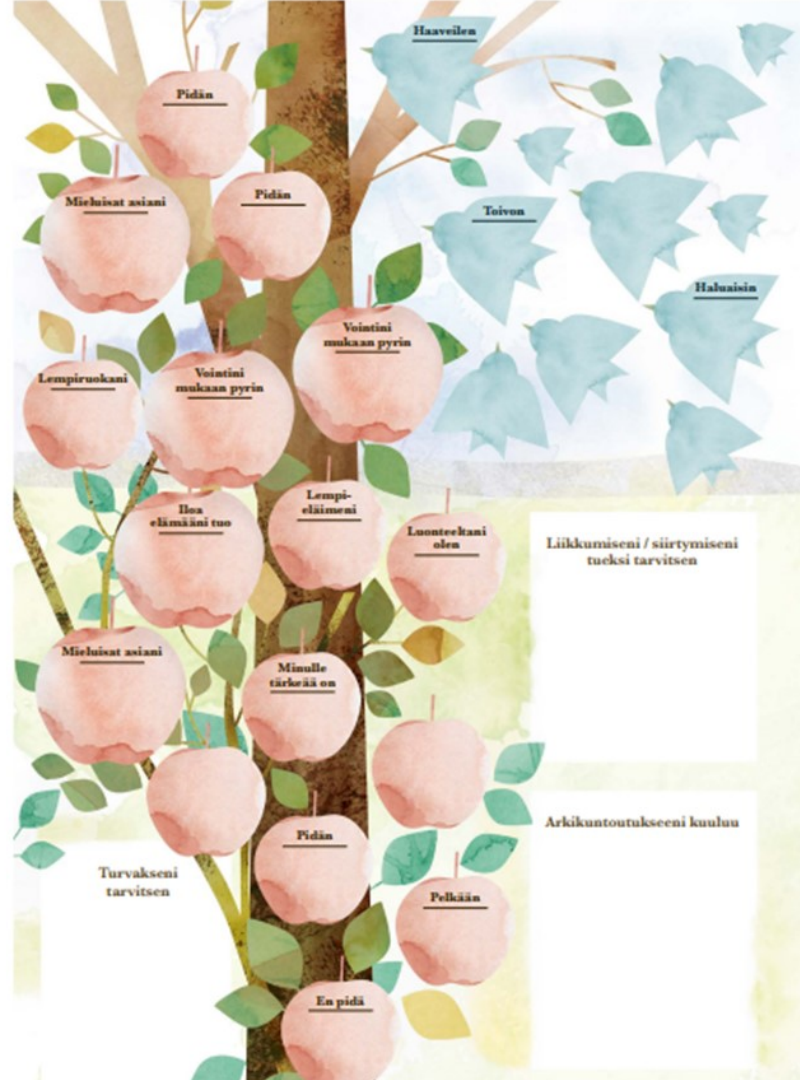
LLKY:n palveluasumisen yhteiset tavoitteet



Yhdessä tehdyt kauppalistat	Pieni pesu päivässä	Yhteistyö läheisten kanssa	Palvelukotien asukas-kokoukset	Keittiö-palaverit	Ruokailutilat ja ruokailu-hetkien rauhallisuus
Aamupalan sisältö	Vatsan-toimintaa edistävä ruoka	Yhdessä ruokailu/kahvittelu	Ruokailujen ajankohdat joustavia	Kysytään joka kerta asiakkaalta	Tärkeät asiat esillä Elämän puussa



Elämän puu



Mitä lisää RAI-arviointi tuo ravitsemukseen ja ruokailuun liittyvään kehittämistyöhön?



Mikä on RAI?

RAI on kansallinen,
lakisääteinen
arviointiväline

jolla omahoitaja
arvioi yhdessä
asiakkaan ja läheisen
kanssa

asiakkaan vointia,
terveydentilaa,
toimintakykyä ja
voimavaroja

standardoidun
kysymyspatteriston
avulla säännöllisesti

→ **palvelutarve kartoitetaan kokonaisvaltaisesti**



- **RAI on käytössä Etelä-Pohjanmaan alueen ikäihmisten palveluissa**
(mm. asiakasohjaus, omaishoito, kotihoito, asumispalvelut)

- **RAI-arvioinnista saatuja tietoja käytetään, kun**
 - päätetään asiakkaille myönnettävistä palveluista
 - tehdään/päivitetään asiakkaan hoito- ja kuntoutussuunnitelmaa puolen vuoden välein tai useammin, jos asiakkaan vointi oleellisesti muuttuu
 - kehitetään toimintaa ja palveluita



RAI-arviointi sisältää myös ruokailuun ja ravitsemukseen liittyviä kysymyksiä

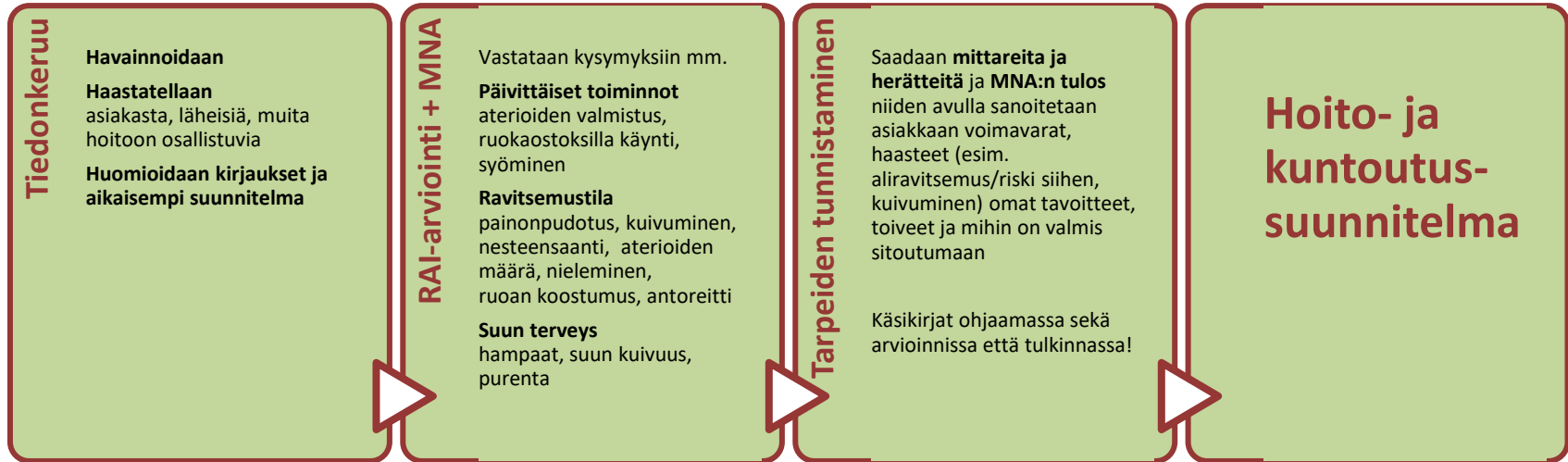
Arvioinnin yhteydessä tehdään aina myös MNA

Arvioinneilla kartoitetaan

- motivaatiota syödä
- ruokahalua
- mielialaa
- suun terveyttä
- kykyä hankkia ruokaa
- kykyä valmistaa ruokaa
- kykyä syödä
- saako oikeanlaista ruokaa energian tarpeen ja välttämättömien ravintoaineiden saamiseksi



RAI ja ravitseminen



Eletään arkea, seurataan asiakasta ja tavoitteiden toteutumista



Mitä RAI-arviointi tuo mukanaan?



Asiakaslähtöisyyttä



Voimavaralähtöisyyttä

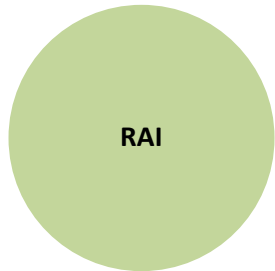
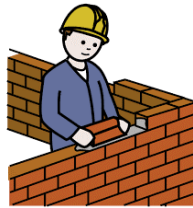


**Jatkuvuutta ja
säännöllisyyttä**



Vaikuttavuutta







Kiitos!



Hoitotyön, päivätoiminnan ja seinorineuvonnan puheenvuoro

Jaana Auressalmi, laatukoordinaattori ja RAI-yhdyshenkilö, LLKY
Sanna Yli-Havunen, Kuntouttavan päivätoiminnan ohjaaja, LLKY



Suupohjan peruspalveluliikelaitos- kuntayhtymä

- Tuotamme sosiaali-,
terveys- ja
ympäristöpalvelut Isojoen,
Karijoen, Kauhajoen ja
Teuvan alueella eteläisellä
Etelä-Pohjanmaalla



Mitä seniorineuvonta on?

- Ennaltaehkäisevää terveysneuvontaa ja lakisääteistä palvelua, joka LLKY:n alueella toteutetaan neljän kerran ryhmätoimintana
- Kutsutaan kirjeitse sinä vuonna 75 vuotta täyttävät



Seniorineuvola

- Seniorineuvonnan yhtenä aiheena on ravitsemus, jota on käyty läpi uusien ravitsemussuositusten pohjalta tehtyjen diojen kautta
 - Yritetään saada aikaan keskustelua aiheesta
 - Nostaa esille niitä pieniä muutoksia, joista on mahdollisesti suuri vaikutus
 - Kokemuksien vaihto ryhmäläisten välillä
- Tieto asiakkaalle siitä, että ikääntyneille on omat ravitsemussuosituksensa



Pienet muutokset

- Asiakkailla yleensä hyvin tietoa siitä, kuinka tulisi syödä ja juoda, mutta tavoitteena on saada tieto myös toteutukseen
 - Motivoivaa keskustelua ryhmäläisten ja ohjaajan välillä
- Kiinnitetään huomiota pieniin muutoksiin
 - Esim. suolan vähentämisen vaikutus verenpaineeseen
- Osallistujat ovat maaseutuväestöä
 - Usein ennakoasenteita, esim. voin ja suolan käyttö



Mitä kuntouttava päivätoiminta on?

- Kuntouttava päivätoiminta kotona asuville ikääntyneille tarkoitettua kuntouttavaa ja ennaltaehkäisevää ryhmätoimintaa
- Tarkoituksena on tukea ikääntyvien kotona asumista ja toimintakyvyn säilymistä
- Ryhmät kokoontuvat viikoittain tai joka toinen viikko



Päivätoiminta

- Päivätoiminnan asiakkaiden kanssa käyty läpi myös seniorineuvonnan dioja ravitsemuksesta
 - Käyty keskustellen läpi ravitsemussuosituksia, monelle uutta tietoa
- Ruoka ryhmiin tulee terveystakeskuksen keittiöltä
 - Suositusten mukaista ja monipuolista
 - Ohjataan asiakasta vielä ruokaa ottaessa sopivaan annoskokoon ja ruokailun monipuolisuuteen jne.



Toiminta

- Toiminta painottunut fyysiseen harjoitteluun
 - Keskustelua ravitsemuksen tärkeydestä fyysisessä harjoittelussa ja lihasvoiman säilymisessä
- Tarvittaessa ryhmäläiselle tehdään ravitsemusohjausta ja MNA-testi

