



Käytännöt ikääntyneiden suun terveydenhuollossa ja ravitsemushoidossa Siilinjärvellä ja suunnitelmia hyvinvointialueelle

Anna-Maija Tiihonen, vastaava hammaslääkäri
Karoliina Holmavuo, suuhygienisti
Sohvi Koponen, ravitsemusterapeutti





Ikääntyneen suunterveys ja sen vaikutus ravitsemukseen

Anna-Maija Tiuhonen,
vastaava hammaslääkäri
Siilinjärven suun terveydenhuolto



Ikääntyessä suun terveyden riskit kasvavat

- Hammas- ja suusairaudet ovat pääosin vähäoireisia tai oireettomia, joten ne voivat edetä huomaamatta.
- Hoitamattomat ja pitkälle edenneet suun ja hampaiden infektiot muodostavat riskin yleisterveydelle.
- Suun hyvinvoinnin merkitystä vanhuksen elämänlaadun kannalta ei välttämättä huomata muun oireitaakan viedessä päähuomion.
- Vanheneminen aiheuttaa muutoksia suussa, jolloin:
 - Syljeneritys vähenee
 - Suun limakalvot ohenevat
 - Purentalihasten voima heikkenee

>> puremiskyvyn ylläpitäminen syömällä esim. näkkileipää, omenaa, porkkanaa vahvistaa purentalihasten toimintaa



Suun terveyden ongelmat esiintyvät usein samanaikaisesti vaikeuttaen syöntiä, nielemistä ja puhumista.

**Riittämätön
omahoito**

Hampaiden
reikiintyminen

Kiinnityskudossairaudet

Hampaattomuus

Vanhuksen suun
terveyttä
vaarantavia
riskitekijöitä

Suun
limakalvosairaudet

Kuiva suu

Lääkkeet,
sairaudet

Tupakointi,
alkoholi



Purentakyky ja hampaiden lukumäärä

- Tutkimuksen mukaan joka kolmannella vanhuksella on vaikeuksia syömisessä.
- Purentakyky on alentunut, kun purennassa on vähemmän kuin 10 hammasparia tai henkilöllä on huonosti istuvat proteesit.
- Heikentynyttä purentakykyä kompensoidaan pidemmällä pureskeluajalla tai nielemällä isompia paloja >> usein johtaa vähentyneeseen syömiseen.
- Muistisairailla on enemmän pureskeluun ja nielemiseen liittyviä ongelmia.
- Vähentyneen purentakyvyn seurauksena ruokavaliosta jää pois pureskelua vaativia ruokia (omena, raaka porkkana, pähkinä, pihvi) ja sokerin ja rasvan osuus kasvaa ruokavaliossa.

Lähde: Terveys 2000. Suominen-Taipale et al. 2004



Kuivan suun ongelmat ikääntyneillä

- Kuiva suu vaikeuttaa puremistä, nielemistä, puhumista ja alentaa suun puolustuskykyä.
- Sylki huuhtelee suuta ja liukastuttaa ruokaa, edesauttaa nielemistä ja pureskelua, sekä hajoittaa ja poistaa suusta ruoan mukana tulevia mikrobeja.
 >> makuaistimus heikkenee, altistaa reikiintymiselle ja limakalvovaurioille.
- Kuivan suun taustalla sairaus tai lääkkeet.



Nielemisvaikeudet ja niiden tunnistus

- Nielemisvaikeudella tarkoitetaan hankaluutta saada niellyksi tai tunnetta siitä, että ruoka takertuu nielemisen jälkeen ruokatorveen. Vaikeuteen voi liittyä myös kipu nieltäessä.
- Nielemisongelmia on noin 10 %:lla yli 50-vuotiaista.
- Liittyy moniin neurologisiin sairauksiin, kuten aivoverenkiertohäiriöihin, puhe- ja ääntämishäiriöihin, aivovammoihin, Parkinsonin tauti, ALS ja MS-tauti sekä loppuvaiheen muistisairauksiin sekä suun ja kaulan alueen syövät
- Nielemisvaikeuden tunnistaminen:
 - ✓ Yskiminen ruokailun yhteydessä
 - ✓ Aspiraatioherkkyys (nieltävä aines kulkeutuu henkitorveen saakka). Aspiraatio on keuhkokuumeen merkittävä riskitekijä.

• Nielemisvaikeuksien helpottaminen:

- Ruokailuasennon muutos
- Ruoan koostumuksen muutos
- Nielemisongelman ollessa huomattava ja aspiraatoriskin ollessa suuri ravinto voidaan antaa myös nenämahaletkun tai PEG-letkun kautta



Yhteenveto: suun terveyden huonontuminen riski vajaaravitsemukselle

- Ikääntyminen ja kognitiivisten kykyjen heikkeneminen >> suuhygienia huononee >> kipeä suu aiheuttaa ruokavalion muuttumisen
- Ruokailu hidastuu ja ruokavalio yksipuolistuu
- Suun sairaudet jäävät huomaamatta ja hoitamatta >> ehtivät edetä pitkälle ja hoitona lähinnä poistohoidot >> hampaattomuus

Hampaiston mekaaninen puhdistus on ainoa keino saada hampaat puhdistettua, purskutteet ym eivät sovi jatkuvaan käyttöön puhdistuksen sijaan.

Säännölliset hammaslääkärikäynnit tai kotiin tulevat suun th:n palvelut





Suunhoidon ja ravitsemuksen –pilotti Siilinjärven kotihoidossa

Karoliina Holmavuo, suuhygienisti
Sohvi Koponen, ravitsemusterapeutti





Suunhoidon ja ravitsemuksen – pilotti kotihoidossa

- Pohjois-Savon hyvinvointialueen pilotti Siilinjärven kotihoidossa
- Toteutetaan osana POSOTE20 Tulevaisuuden sote-keskus –hanketta
- Säännöllisen kotihoidon asiakkaille tehdään kotikäynneillä
 - ✓ Suun tarkastuksia ja annetaan omahoidon ohjausta
 - ✓ Arvioidaan ravitsemusta ja tehdään ravitsemushoitosuunnitelmia



Miksi?

- Suunhoidon ja ravitsemuksen haasteet on tunnistettu kotihoidossa, terveystalveissa ja hammashoidossa
- Kotihoidon asiakkaiden hammashoitokäynnit jäivät usein toteutumatta
 - ✓ 23 % säännöllisistä kotihoidon asiakkaista on säännöllisessä kunnallisen hammashoidon kutsujärjestelmässä Siilinjärvellä.
- Kotihoidon asiakkaiden puutteellisen ravitsemuksen hoitamiseen ei ole ollut toimintamalleja
 - 28 %:lla säännöllisistä kotihoidon asiakkaista on normaali ravitsemustila (MNA)



Pilotin tavoite, tehtävä ja tarkoitus

- Tavoitteena on
 - Lisätä asiakaslähtöisen ohjauksen, tuen ja hoidon saatavuutta sekä hoitoon ja palveluun pääsyä
 - ✓ Oikea-aikaisesti asiakkaiden tarpeisiin vastaten ja hoidon jatkuvuus turvaten
- Tehtävänä
 - Kehittää, kokeilla ja ottaa käyttöön suunterveyden ja ravitsemuksen toimintamallit
 - ✓ Varmistavat hoidontarpeen arviointia sekä hoidon ja tuen toteutumista
- Tarkoituksena tuottaa toimintamalleja tulevalle hyvinvointialueelle
 - ✓ Helposti jalkautettavia kotihoidon toimipaikasta riippumatta

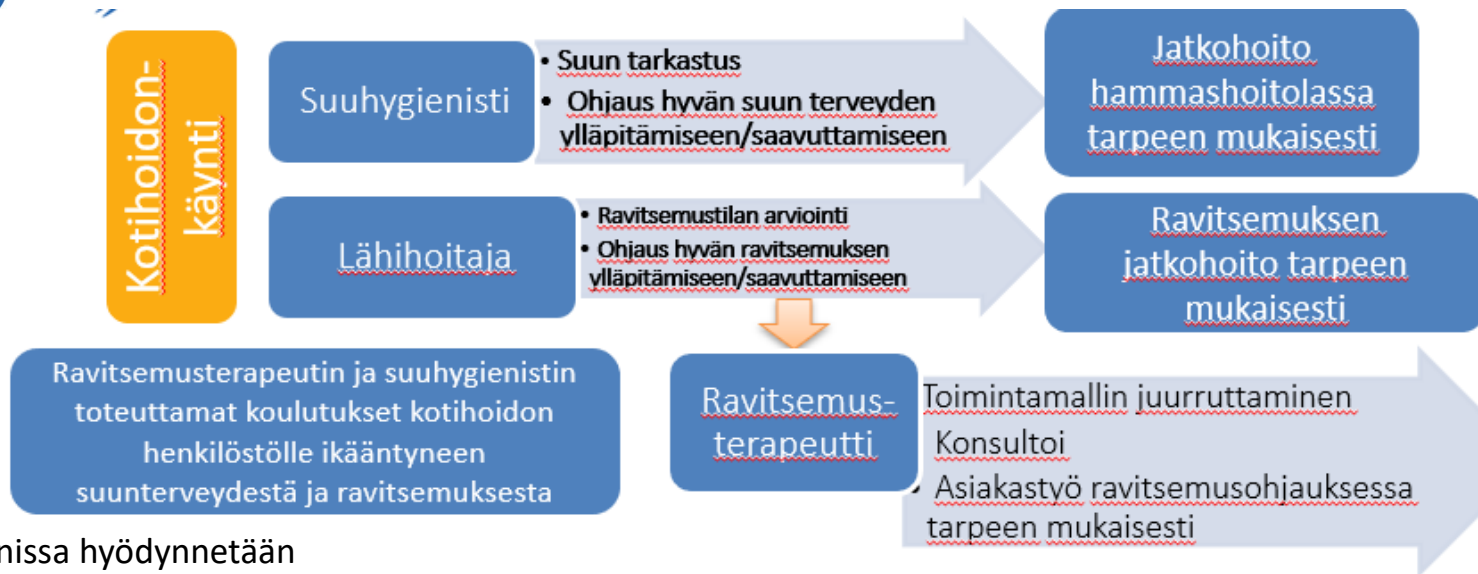


Pilotti Siilinjärven kotihoidossa

- Tarkoituksena tunnistaa kotihoidon asiakkaan suunterveyden ja (vajaa)ravitsemuksen tila ja ohjaustarve ennaltaehkäisevästi ja varhain kotiin tuotavana palveluna
- Kohderyhmä:
 - ✓ Kotihoidon asiakkaat, jotka eivät muutoin ole hammashuollon säännöllisen kutsujärjestelmän piirissä
- Pilotointiaika: Huhtikuu – Marraskuu 2022
- ✓ Kotikäyntejä tehdään kolmena päivänä vko:ssa.



Suunterveyden ja ravitsemuksen toimintamallit

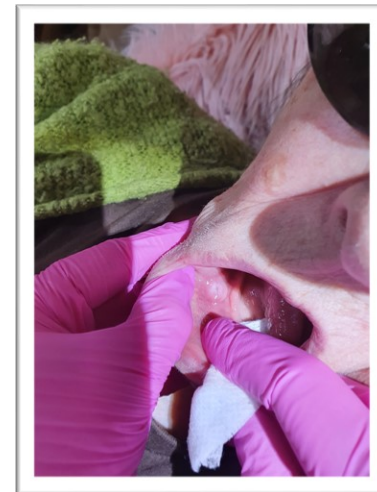
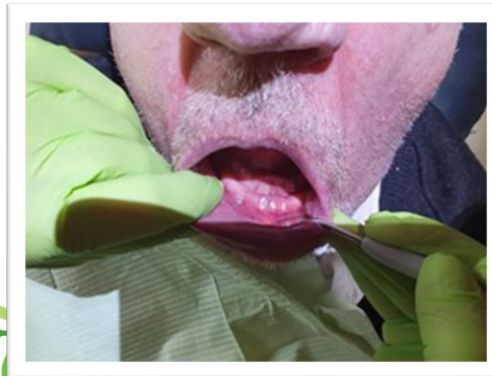


- Pilotoinnissa hyödynnetään
 - Siilinjärven ja Lapinlahden kuntien sekä Ylä-Savon SOTEn yhteistyönä luomaa Ikääntyneiden hyvän ravitsemuksen edistäminen kotihoidossa –toimintamallia
 - Itä-Suomen yliopiston ja Kuopion yliopistollisen sairaalan LENTO-tutkimushankkeessa tuotettuja työvälineitä ikääntyneiden suunterveyden ja ravitsemuksen arvioinnissa



Pilotin toteutuneet kotikäynnit ja jatkotoimenpiteiden tarve

- 17.8.2022 mennessä toteutuneet kotikäynnit (välissä neljän vko:n tauko): 59
- Jatkohoitoon ohjautuneet: HML 15, SHG 4, EHT 10
- Ravitsemusterapeutin konsultointi 5, ravitsemusterapeutin kotikäynnit 1
- Kotihoidon päivittäisiin käynteihin liittyvät hoito-ohjeet: suunhoito 27, ravitsemus 19



Suunterveyden ja suunhoidon arviointimallit kotihoidon henkilöstölle

- Auttavat kotihoidon henkilöstöä arvioimaan ikääntyneen
 - Suun terveydentilaa ja tarvetta tehostetulle suunhoidolle tai hammashoitoon hakeutumiselle
 - Suun omahoitoa sekä suun terveystarkastuksien säännöllisyyttä
- Suuntaa antavat työkalut
- Arvioinnit suositeltavaa tehdä kotihoidon asiakkuuden alussa ja vähintään 6 kk välein sekä myös mikäli havaitsee ongelmia asiakkaan syömisessä, puhumisessa tai hammasproteesien käyttämisessä
 - Suunterveyden arviointi
 - Koettu suunterveys
 - Havainnot suusta ja hampaista
 - Suunhoidon arviointi
 - Käytössä olevat suunhoitovälineet ja -aineet
 - Suunhoidon suunnitelma ja sen päivittäminen
 - Suun ja hampaiden puhdistus
 - Suun terveystarkastukset



Suunterveyden arviointi

Arviointimallin asteikko on kolmiportainen:

- 1) Ei toimenpiteitä, hyvä päivittäinen suunhoito
- 2) Tehostettu suunhoito
- 3) Ota yhteys hammashoitolaan
- Tehostetulla suunhoidolla tässä arviointimallissa tarkoitetaan hyvän päivittäisen suunhoidon lisäksi suositeltavia toimenpiteitä tai hoito-ohjeita.
- Tehostettuun suunhoitoon liittyvä ohjeistus on sisällytetty arviointimallin loppuun. *Suuntaa antavana ohjeena voidaan pitää, että mikäli vaiva/oireilu jatkuu 1 viikon tehostetun suunhoidon toteutuksen jälkeen tai mikäli oireilu pahenee tai uusiutuu, on otettava yhteys hammashoitolaan.*

Itä-Suomen yliopisto
Kuopion yliopistollinen sairaala

Ikääntyneen suunterveyden arviointi

LENTO-tutkimus
2019–2021

IKÄÄNTYNEEN SUUNTERVEYDEN ARVIOINTI

Nimi: Pvm:

OIREEN KUVAUS JA ASTEIKKO				
	1. Ei toimenpiteitä. Hyvä päivittäinen suunhoito	2. Tehostettu suunhoito	3. Ota yhteys hammashoitolaan	PISTEET
KOETTU SUUNTERVEYS				
KUIVAN SUUN TUNNE	-Ei kipua, arkuutta tai kirvelyä suun limakalvoilla. -Normaali makuistimus, Nieleminen onnistuu hyvin	-Kirvely, arkuus, muuttunut makuistimus suussa. -Pahanhajuinen hengitys. -Kuivat tai rohtuneet huulet -Kuivat keksin syöminen ei onnistu juomatta samanaikaisesti nestettä	-Kipu suun limakalvoilla/kielessä. -Ruuan pureskelu ja /tai nieleminen ei onnistu	
PURESKELUKYKY	Onnistuu ongelmitta	Onnistuu, mutta on vaikeaa ja hidasta.	Ei pysty/pureskelu on kivuliasta	
HAMMASSÄRKY TAI MUU SUUHUN LIITTYVÄ KIPU	-Ei kipua hampaissa, ikenissä, kielessä tai limakalvoilla. -Hampaissa ei ole teräviä/pistäviä kohtia.	-Kylmä/kuuma viiklo. -Ikenien arkuus, erityisesti harjauksen yhteydessä. – Selkeä ahta-rakkulan aiheuttama kipu.	Kipu tai vaiva hampaassa tai suun alueella: rakkulat, haavaumat, turvotus, märkävuoto ikenistä, tuntuu muutokset, värimuutokset, suun avausrajoitus/suu ei mene kiinni, kipu leukanivelissä, nielemisvaikeus, puhuminen ei onnistu.	
IRROTETTAVAT HAMMASPROTEESIT	-Toimii hyvin, pysyy suussa. -Syöminen ja ruuan pureskelu onnistuu.		-Syöminen, ruuan haukkaaminen tai pureskelu ei onnistu. -Proteesit hankaavat/ Ei voi käyttää proteeseja.	

Mukaillen Helsingin kaupungin suun terveydenhuollon laatimaa suunterveyden arviointidokumenttia.

Lähde: Iäkkaiden ravitsemus. Vireyttä seniorivuosiin - ikääntyneiden ruokasuositus. Valtion ravitsemusneuvottelukunta, THL, Raportteja 4/2020, Helsinki.



♦ Suunterveyteen ja suunhoitoon liittyvä kirjaaminen kotihoidossa

SUUNHOITOKORTTI	
Nimi	pvm
Hampaat, irrotettavat hammasproteesit, kiinteät hammasproteettiset ratkaisut ☐ omia hampaita (yläleuka /alaleuka) ☐ omia hampaita ja irrotettavat hammasproteesit (yläleuka/alaleuka) ☐ kokoproteesit (yläleuka/alaleuka) ☐ hampaaton (yläleuka/alaleuka) ☐ kiinteä hammasproteettinen ratkaisu (silta, implantti/implantteja tms.) Lisätietoja:	
Suunhoitovälineet ☐ manuaalishammasharja ☐ hammaslanka/-lankain _____ ☐ sähköhammasharja ☐ hammasväliharja _____ ☐ kolmitasohammasharja ☐ silikonitikka _____ ☐ proteesiharja ☐ erikoislanka _____ ☐ solo-harja ☐ joku muu, mikä? _____ Suunhoitovälineet asiakkaalle huolehtii: ☐ asiakas ☐ kotihoidon hoitaja ☐ omaishoitaja ☐ joku muu, kuka: _____ Suositeltavat suunhoitoaineet	
Tehostetun suunhoidon tarve esim. kuivan suun hoito, suutulehduksen hoito tms.	
Avustetun suunhoidon tarve ☐ selviytyy itsenäisesti ☐ tarvitsee ohjausta/muistuttelua ☐ tarvitsee apua hankalien alueiden puhdistuksessa _____ ☐ tarvitsee paljon apua/täysin autettava	
Suun terveystarkastus hammashoitolasta: osoite: _____ puhelin: _____	
Kutsu hammashoitolasta ☐ kyllä ☐ ei Suun terveystarkastuksen kutsuväli: Seuraava suun terveystarkastus: Mikäli ei kutsua, kuka vastaa ajan varaamisesta: ☐ asiakas ☐ kotihoidon hoitaja ☐ omaishoitaja ☐ joku muu Ajan varaamisen vastuuhenkilön nimi:	

- Arviointien lopuksi täytetään kotihoidon käyttöön tarkoitettu suunhoitokortti. Suunhoitokortti tukee asiakkaan säännöllisen suunhoidon toteutumista.
- Suunhoitokorttia voi hyödyntää myös hoito- ja palvelusuunnitelman laatimisen/päivittämisen tukena.
- On tärkeää kirjata asiakkaan suunhoidon toteutumista päivittäin asiakkaan käytätietoihin toiminnanohjausjärjestelmään!
- Mikäli hoitaja havaitsee ongelmia asiakkaan suunterveydessä tai suunhoidon toteutuksessa, oireista/ongelmasta on tärkeää kirjata tarkasti. On myös varmistettava, että asia hoituu eteenpäin esim. hammashoitoajan varaaminen.



Ravitsemuksen arviointi

- Auttaa kotihoidon henkilöstöä arvioimaan ikääntyneen
 - Ravitsemustilaa ja ravinnonsaantia sekä tarvetta ravitsemushoito-suunnitelmalle
- MNA (RAI-arviointi), painon seuranta ja ruokavaliokysely ikääntyneelle
- Arvioinnit (MNA ja ravinnonsaanti) suositeltavaa tehdä vähintään 6 kk välein, painonseuranta vähintään 1 x kk
- Lähihoitaja tekee arvioinnin perusteella ravitsemushoitosuunnitelman
 - Ravitsemusterapeutin ja/tai lääkärin konsultointi tarvittaessa



RUOKAVALIOKYSELY IKÄÄNTYNEILLE

ATERIARYTMI	Heikko	Kohtalainen	Hyvä	
1. Päivittäiset ateriat (kaikki ateriat, välipalat mukaan lukien)	ateriaa/vrk 1–2 □	3 □	4–5 □	yli 5 □
2. Joista lämpimiä aterioita	ateriaa/vrk 0–1 □	2 □	3 □	yli 3 □
PROTEIINIIN LÄHTEET	Heikko	Kohtalainen	Hyvä	
3. Päivittäinen lihan (sis. leikkeleet), broilerin, kalan, kananmunien tai palkokasvien (herneet, pavut, linsit, Härkis, Nyhtökaura, tofu yms.) käyttö	aterialla/vrk 1–2 □	3 □	4–5 □	yli 5 □
4. Päivittäiset annokset maitotuotteita tai soijatuotteita (1 annos: 2 dl maitoa/pimää/soijajuomaa tai viiliä, jogurttia, rahkaa tai 2 viipaletta juustoa)	annosta/vrk 0–2 □	3–4 □	5 □	yli 5 □
5. Maitotuotteet vähärasvaisia tai rasvattomia (rasvaa korkeintaan 1 %)	ei □		kyllä □	
KASVIKSET, MARIJAT JA HEDELMÄT	Heikko	Kohtalainen	Hyvä	
6. Viikoittainen kasvien käyttö	päivänä/vko 0–3 □	4–6 □	7 □	
7. Päivittäiset kasvisannokset (1 annos: 1,5 dl salaattia/raastetta/keitettyä kasviksia, 1 tomaatti, keskikokoinen porkkana)	annosta/vrk 0–1 □		2–3 □	yli 3 □
8. Viikoittainen marjojen ja/tai hedelmien käyttö	päivänä/vko 0–3 □	4–6 □	7 □	
9. Päivittäinen marjojen ja hedelmien käyttö (1 annos: 1 keskikokoinen hedelmä tai 1 dl marjoja)	annosta/vrk 0–1 □		2–3 □	yli 3 □
VILJAVALMISTEET	Heikko	Kohtalainen	Hyvä	
10. Päivittäiset vilja-annokset (1 annos: viipale leipää, 1 % di puuroa, 1 dl keitettyä pastaa, riisiä, ohraa tai muuta viljalisäketä)	annosta/vrk 0–2 □	3–6 □	6–9 □	
RASVA	Heikko	Kohtalainen	Hyvä	
11. Leipärasvan käyttö	ei □		kyllä □	
12. Käytössä oleva leipärasva Kasviöljypohjainen kasvirasvavalevite (Becel, Flora, Keiju tms.) Voita sisältävä levite (Oivarini, Ingmarini, KevytLevi tms.) Voi Muu, mikä? _____	□ □	alle 60 % □	väh. 60 % □	
13. Kasviöljypohjainen salaattinkastike tai kasviöljy salaattissa	ei □		kyllä □	
14. Kalan käyttö	kertaa/vko 0 □	1 □	2–3 □	yli 3 □
NESTE	Heikko	Kohtalainen	Hyvä	
15. Päivittäinen nesteiden määrä (sis. vesi, ruokajuomat, kahvi, tee, mehut, virvoitusjuomat)	lasillista/vrk 1–2 □	3–4 □	5 □	yli 5 □
16. Keskimääräinen viikoittainen alkoholin käyttö 1 annos: 0,66 l I-olutta, mietoa lonkeroa 2–2,7 % 0,33 l keskiolutta, slideriä, kaupan viiniä tai lonkeroa 3,7–4,7 % 0,25 l A-olutta, lonkeroa 4,8–7 %	annosta/vko yli 7	4–6 □	1–3 □	0 □
	1,2 dl kuohuviiniä, slideriä, mietoa viiniä, vahvinta olutta 7–13 % 0,75–0,8 dl väkevää viiniä, katkerotta, likööriä 15–21 % 0,4 dl koskenkorvaa, vodkaa, viskiä, konjakkia 35–40 %			
RAVINTOLISÄT JA KLIINISET TÄYDENNYSRAVINTOVALMISTEET	Heikko	Kohtalainen	Hyvä	
17. D-vitamiinilisä päivittäin	ei □		kyllä □	
18. D-vitamiinia valmisteessa µg/vrk	alle 10 □ 100 tai yli □	10 □	20 □	yli 20 □
19. Muita ravintovalmisteita päivittäin	ei □	kyllä □		
20. Mitä ravintovalmisteita, annostus?	_____	_____	_____	_____
21. Kliiniset täydennysravintojuomat ja -vanukkaat	ei □	kyllä □		
22. Mitä kliinisiä täydennysravintojuomia ja -vanukkaita, annostus?	_____	_____	_____	_____



Ruokailutilanne

Sohvi Koponen, TtM,
laillistettu ravitsemusterapeutti





Ruokailuhetkistä mielihyvää

- Päivän kohokohta tuo iloa ja nautintoa
- Maistuva ruoka, mukava ruokailutilanne ja yhdessä syöminen lisäävät ruokailusta saatavaa mielihyvää
 - Rohkaisevat syömään uusia ruokia
 - Lisäävät ruokahalua ja auttavat syömään enemmän
 - Pitää yllä sosiaalisia suhteita
 - Kodinomaisella ruokailulla myönteinen vaikutus mm. ravitsemustilaan, elämänlaatuun, fyysisen kunnon ylläpitämiseen



Kodikas ruokailutilanne

- Ympäristön merkitys lisääntyy toimintakyvyn heikentyessä ja kodinomaisuus tekee ruokailutilanteesta mielekkään (vs. laitosmainen ruokailu)
- Toimintakyvyn heikentyessä ruokailua edistetään
 - Panostamalla miellyttävään ja kodinomaiseen ruokailupaikkaan
 - Tuuletus
 - Siisteys
 - Huonekalut
 - Äänet, tuoksut
 - Lämpötila, valaistus
 - Huolehtimalla ruoan saatavuudesta, valinnanvapaudesta, mielekkyydestä, esillepanosta ja sopivasta annoskoosta
 - Tukemalla ruokailua ja muistuttamalla syömisestä



Omatoimisuuden tukeminen ruokailussa



Ruokailun apuvälineet
tukevat ja ylläpitävät
omatoimista syömistä



Löydä asiakkaalle sopivat
välineet kokeilemalla ja
harjoittelemalla



Sopivat ruokailuvälineet

- Pienemmät aterimet, erityisapuvälineet (esim. kahvalliset ja/tai nokalliset mikit, korkeareunaiset lautaset, paksunnetut ja/tai taivutettavat aterimet, liukuesteet lautasiin/mukeihin)

Hyvä ruokailuasento

- Helpottaa omatoimista syömistä

Hyvä valaistus

- Auttaa näkemään ruoan paremmin, tekee varjoja, jolloin ruoka ja ruokailuvälineet erottuvat paremmin

Ulkoilu ennen ruokailua tai jumppa

- Lisää ruokahalua

Ruokaseura

- Edistää syödyn ruoan määrää

Ruoan sopivuuden varmistaminen

- Rakenteen tarkastaminen

Ruokailussa avustaminen

- Tuetaan omatoimisuutta, mutta avustetaan tarvittaessa ja annetaan riittävästi apua
- Syöttämisessä otetaan huomioon
 - Käytetään sopivia ruokailuvälineitä
 - Pidetään ruokalajit erillään (maut erottuvat)
 - Käytetään lautasliinaa riittävän usein
 - Huolehditaan ruoan lämpimänä pysymisestä esim. lämpölautasen tai kuvun avulla
 - Istutaan mukavasti (katsekontakti ikääntyneeseen ja kiireettömän tilanteen tuntu), huolehditaan syötettävän asennosta ja valaistuksesta
- Onnistunut avustettu ruokailutilanne on rauhallinen
 - Varataan riittävästi aikaa → ei kiirehditä
 - Paikka rauhallinen → keskittyminen vain ruokailuun
 - Puhutaan vain vähän, mutta kerrotaan mitä laitetaan suuhun
 - Syötetään rauhallisesti pieniä suupaloja (ruokaa ja juomaa vaihdellen)
 - Tarkastetaan suun tyhjeneminen

Avustettu ruokailu ja hoitajien ruokailu yhdessä asukkaiden kanssa

• Positiivisia vaikutuksia syödyn ruoan määrään, ravitsemustilaan, käyttäytymiseen, kehon painoon