

Vireyttä seniorivuosi- ikääntyneiden ruokasuositus

Ikääntyneiden hyvää ravitsemusta tukevat ruokapalvelut, ravitsemuksen määrittäminen ja laadukas ravitsemushoito

Miten suositukset käytäntöön ympärivuorokautisessa hoidossa ja asumispalveluissa?

Soile Ridanpää-Vuolle, johtava hoitaja, Ylöjärvi

31.3.2020



Pitkäaikaishoidon asukas lähtökohdaksi ravitsemuksen suunnittelussa ja toteutuksessa

- Asukkaan ja läheisten osallisuuden mahdollistaminen ja siihen kannustaminen; ruokalistat näkyvillä, vaikuttamismahdollisuus, mieliruokaviikot, toiveet, asukas- ja omaisfoorumit, palaute
- Asukkaan oma päivittyvä hoitosuunnitelma on ravitsemuksen perustana (psykykinen, fyysinen ja sosiaalinen kokonaisuus)
- Asukkaan yksilöllisten ruokaan ja ruokailuun liittyvien tottumusten kunnioittaminen (muistot, aamuvirkku vai iltavirkku, yöpala, mieliruuat jne.)
- Arjen ruokailutilanteiden psykkinen ja sosiaalinen merkityksen ymmärtäminen; vuorovaikutus toisten kanssa tai halu ruokailla yksin, mielialat ja tunteet (ruokailo, tuoksut, eri aistit ja mielihyvän tunteet, tunnelmat, teemat, juhlapyhät, tapahtumat)



Henkilöstön osaamisen varmistaminen ja tukeminen

- Johtamisen kaikilla tasoilla täytyy tukea ravitsemusosaamista
- Osaamisen varmistaminen säännöllisin koulutuksin; verkkokoulutukset, teemakoulutukset, alueelliset ja valtakunnalliset koulutukset; työn mielekkyys ja motivaatio, osaaminen ja tieto, varhainen puuttuminen ja ennakoiva työote
- Ravitsemusvastaavien- ja yhdyshenkilöiden sekä ravitsemusterapeuttien verkoston luominen ja toiminnan mahdollistaminen (paikallistoimijat ja alueellinen koordinaatio)
- Moniammatillisen konsultaatiomallin luominen alueellisesti arjen toimijoiden ja erityisasiantuntijoiden välille (ravitsemusterapeutti, puheterapeutti, toimintaterapeutti, suun terveydenhuollon ammattilaiset, fysioterapeutti, geriatri)



Ravitsemusasioiden kirjaaminen ja tiedon näkyminen ja hyödyntäminen arjessa

- Kunnan hyvinvointikertomus ja -suunnitelma tukevat ikääntyneiden hyvää ravitsemusta ja ruokasuositusten hyödyntämistä hoitotyön arjessa; painopisteet, tavoitteet, toimenpiteet ja niiden todentaminen, seuranta
- Kunnan kilpailuttamissa ikääntyneiden palveluasumisen palvelukuvauksissa näkyvät vaatimukset ateriapalvelun tuottajalle ja nämä perustuvat ikääntyneiden ruokasuositukseen
- Asukkaan omassa palvelu- ja hoitosuunnitelmassa tulee olla ravitsemukseen ja asukkaan kokonaisvointiin ja -terveyteen liittyvät asiat monipuolisesti sekä yksilöllisesti kirjattuna; suunnitelma on arjen ravitsemushoidon kokonaisuuden pohjana ja sitä päivitetään asukkaan tarpeiden ja tilanteen mukaisesti, RAI ja MNA -mittaritietoa hyödyntäen

Vireyttä seniorivuosiin – ikääntyneiden ruokasuositus

Valtion ravitsemusneuvottelukunta • Terveyden ja hyvinvoinnin laitos



Terveyden ja
hyvinvoinnin laitos



Kuva 3. Moniammatillisessa yhteistyössä huomioitavia asioita