

# Mat och måltider för äldre

Erfarenhetsutbyte i äldreomsorgen

# Agenda

1. Konsekvenser av ett för lågt näringsintag

-för den äldre

-för hälso- och sjukvården och socialtjänsten

2. Har vi bra rutiner?

3. Stöd i arbetet

# Varför har de äldre ökad risk att utveckla undernäring?

Mat och måltider påverkas av:

- Sjukdomar
- Mun- och tandstatus försämras
- Psykologiska faktorer



# Vilka konsekvenser får undernäring?

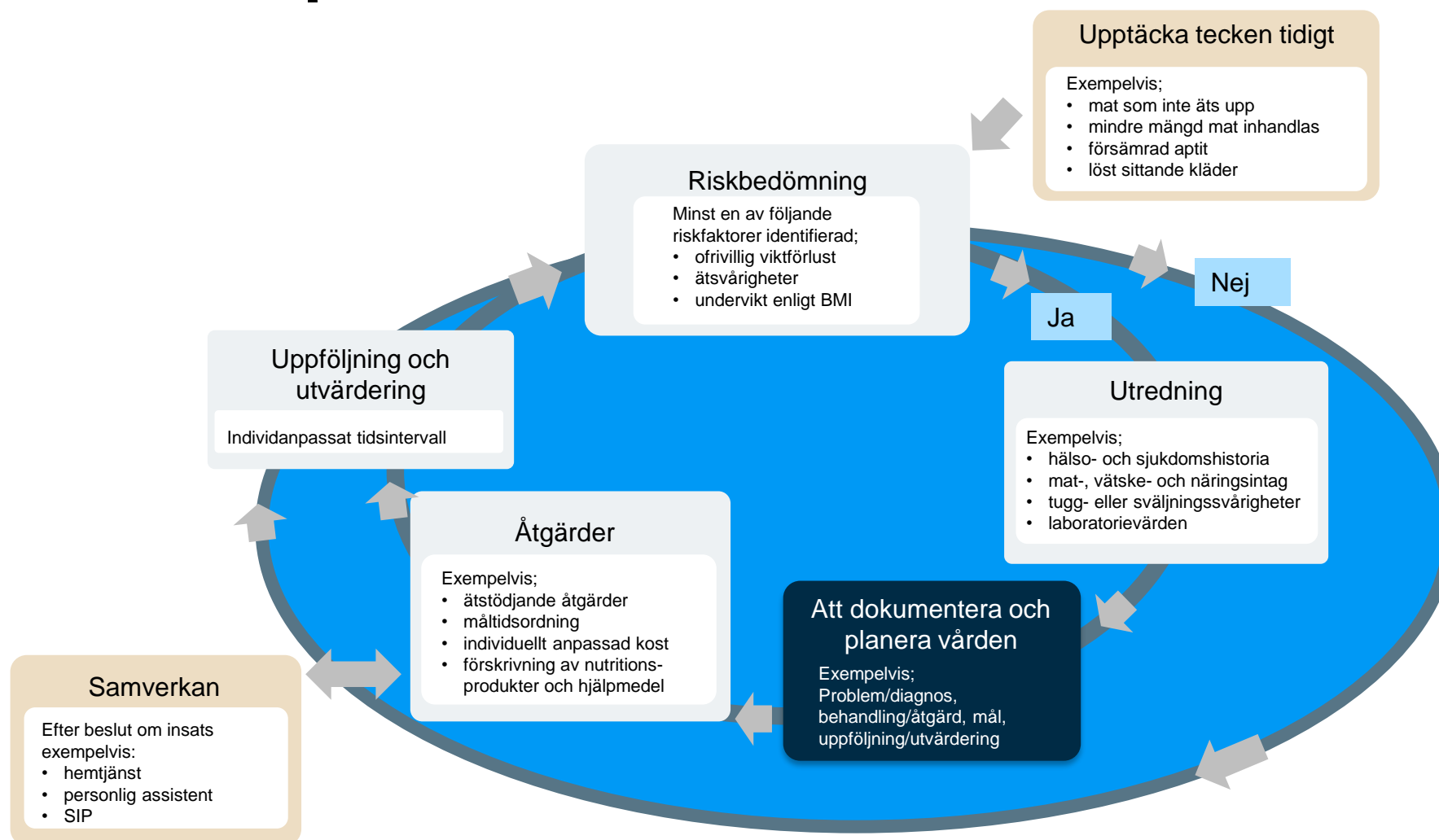
## För individen

- Sänkt livskvalitet
- Förlust av muskel och muskelfunktion
- Yrsel
- Trötthet
- Nedstämdhet

## För hälso- och sjukvård och omsorg

- Ökat behov av vårdinsatser
- Ökat behov av medicinsk vård
- Ökat behov av rehabilitering

# Nutritionsvårdprocess



# Konsekvens av undernäring

## Risken för fall och fallskador ökar

70 000 personer per år faller och skadar sig så svårt att de behöver läggas in på sjukhus

De flesta är  
äldre!

# Kostnad för en svår fallolycka

Vård och rehabilitering kostar i genomsnitt 110 000 kronor under första året efter en svår fallolycka.

Har vi råd att  
låta bli?

# Kostnad för en svår fallolycka

Under första året efter en svår fallolycka behövs i genomsnitt **322** extra hemtjänsttimmar och **156** timmar av vård som utförs av anhöriga.

Har vi tid att  
låta bli?



# Mat och måltidsmiljö i särskilt boende, riksnivå

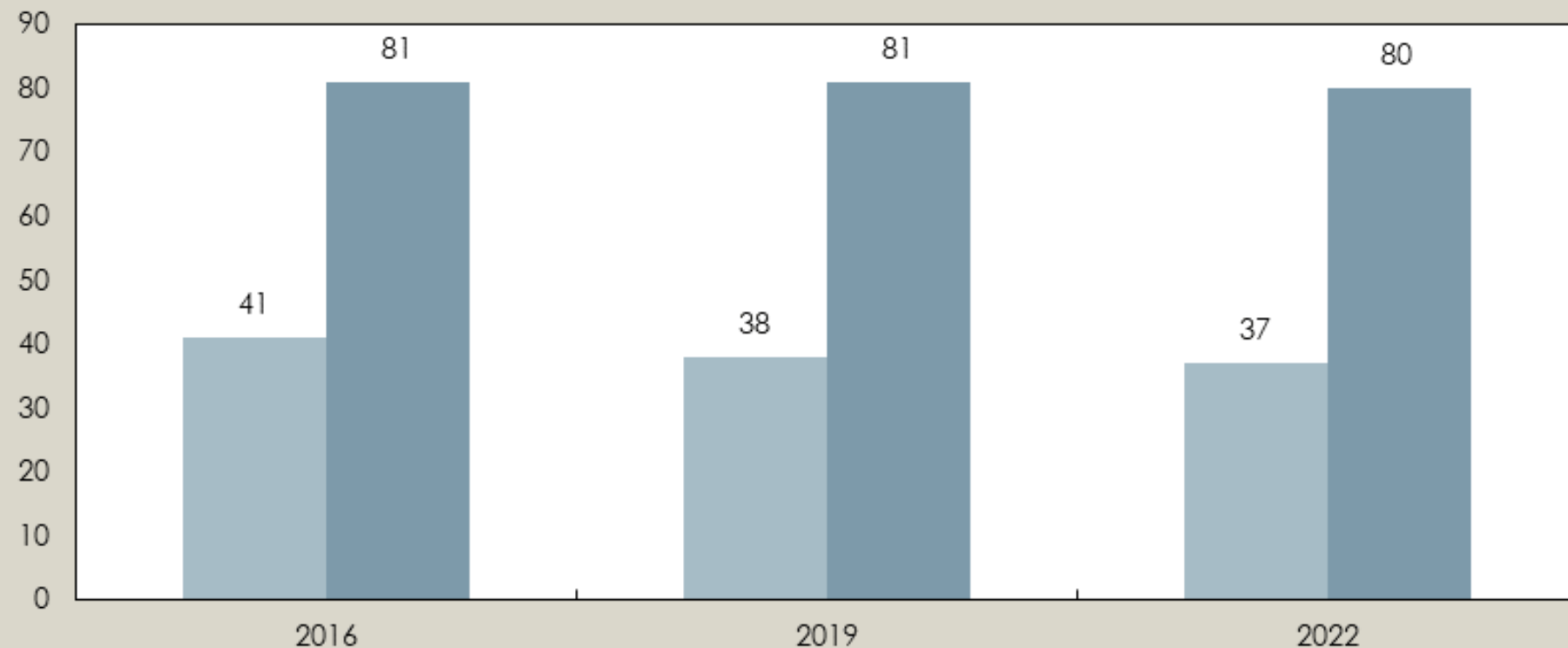
Andel (%) personer 65 år och äldre i särskilt boende som var nöjda med maten och måltidsmiljön, 2013 - 2023

Indikatorer	2013	2016	2019	2022	2023
Uppger att maten som serveras smakar mycket eller ganska bra	77	76	74	72	73
Upplever att måltiderna alltid eller ofta är en trevlig stund på dagen	70	70	68	66	68

*Källa: Vad tycker den äldre om äldreomsorgen?*

## Indikatorer om måltid

Andel enheter

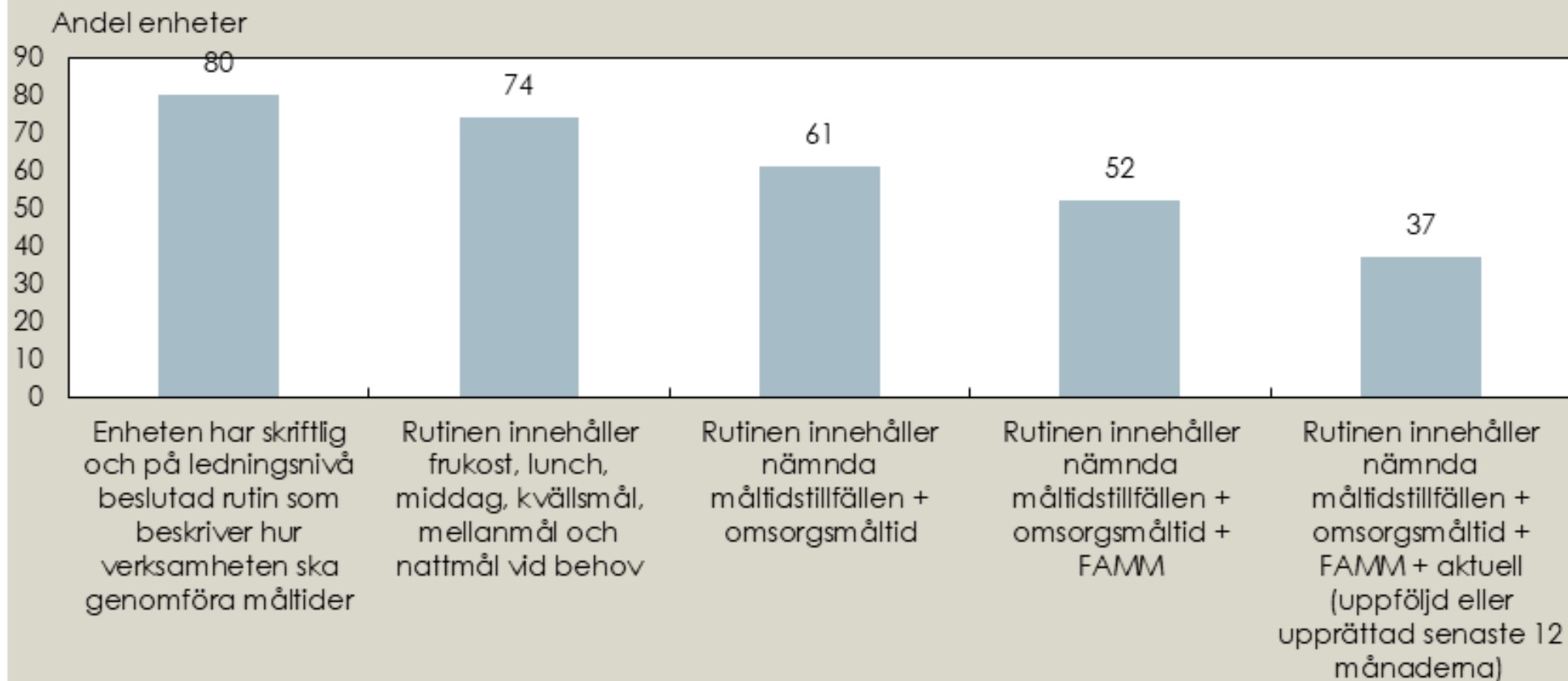


■ Andel enheter som har rutin för genomförande av dygnets alla måltider inklusive omsorgsmåltider samt FAMM

■ Andel personer med genomförandeplan om den äldres önskemål och behov i samband med måltiderna

Källa: Enhetsundersökningen om äldreomsorg och kommunal hälso- och sjukvård 2016-2022

## Enheter som har rutiner för genomförande av dygnets alla måltidstillfällen, inklusive omsorgsmåltid samt aspekterna i FAMM



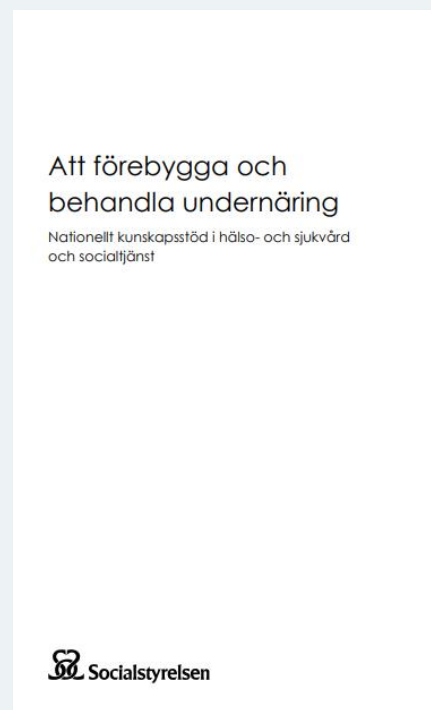
Källa: Enhetsundersökningen om äldreomsorg och kommunal hälso- och sjukvård 2022

# Stöd i arbetet

## Föreskrifter

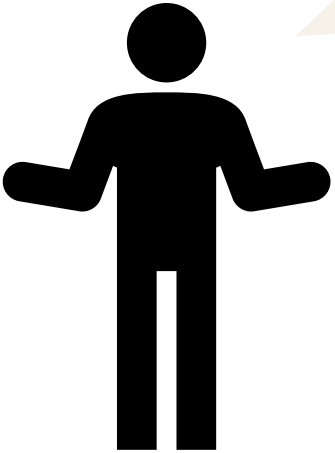


## Kunskapsstöd



## Verktyg





Jag har gjort  
utbildningen men  
hur ska jag omsätta  
detta i  
verksamheten?

# Sammanfattande tankar

- Vilka rutiner har vi som bidrar till att förebygga undernäring hos våra äldre?
- Hur tycker våra äldre om maten?
- Beskriver vi och tar hänsyn till den äldres önskemål och behov av mat och måltider i genomförandeplan?
- Hur samverkar vi med olika professioner gällande maten?



# Här hittar du kunskap för att komma igång

- Kunskapsguidens tema om fallolyckor och fallförebyggande arbetssätt
- Beräkningsunderlag för kommuner
- Inspiration från Falu kommun

Har du frågor? Skicka e-post till [fallprevention@socialstyrelsen.se](mailto:fallprevention@socialstyrelsen.se)



[lina.martin@socialstyrelsen.se](mailto:lina.martin@socialstyrelsen.se)

<https://utbildning.socialstyrelsen.se/>