

# Ravitsemushoidon käytäntöjä kehittämässä Keski-Suomessa

6.9.2017

Eeva Nykänen, ravitsemussuunnittelija,  
KSSHP, Perusterveydenhuollon yksikkö,  
[eeva.nykanen@ksshp.fi](mailto:eeva.nykanen@ksshp.fi)



## KESKI-SUOMEN SAIRAANHOITOPIIIRIN ALUE JA JÄSENKUNNAT TERVEYSKESKUSALUEITTAIN



- Keski-Suomen sairaanhoitopiirin kuntayhtymän omistaa 21 kuntaa
- Väestö: n 251 000 asukasta
- Suurimmat terveyskeskukset:
  - Jyväskylän yhteistoiminta-alueen terveyskeskus (JYTE) (140 000 asukasta)
  - Keski-Suomen Seututerveyskeskus (45 000 asukasta)
  - Saarikka (18 000 asukasta)

# Työryhmät ja verkostot

- Keski-Suomen kuntien ruokapalvelun ravitsemusverkosto
- Keski-Suomen keskussairaala, ravitsemustyöryhmä, KSSHP
- Keski-Suomen Seututerveyskeskus, ravitsemustyöryhmä, KSSHP
- Maakunnallinen kehittäjäverkosto, kotihoito ja vuodeosastot, KSSHP

# Käytäntöjen kehittäminen: ***koulutukset***

## **Tietoa ja taitoja, ajatusten ja asenteiden tuuletusta**

- Suositukset tutuiksi
- Vertailu nykyisiin käytäntöihin
- Perusteita käytäntöjen kehittämiselle
- Kannustusta ja tukea suositusten jalkauttamiseen ja kokeiluihin
- Mitä työyksikkö voisi kokeilla, kokemukset muualta
- Suunnittelun käynnistäminen

# Käytäntöjen kehittäminen edellyttää nykyisen toiminnan tarkistamista



- Onko toimivia vaakoja, kuinka usein painoa seurataan?
- Onko yöllinen paasto liian pitkä: iltapala liian varhain?
- Onko päiväkahvit siirretty lounaan yhteyteen tai jätetty pois?
- Havainnoidaanko ruokailua (syömätön ruoka, juominen)
- Tarjotaanko leipää pääaterioilla, soseutettu leipä?
- Käytetäänkö salaattinkastiketta / öljylisää
- Rikastetaanko rakennemuunnettua ruokaa
- Onko kaikille sama ruokajuoma vaikka eri energiantarve
- Annetaanko D –vitamiinivalmistetta
- Tiedotetaanko lähestyvistä ruokailusta
- Jäähtyykö annosteltu ruoka lautasella
- Ovatko annokset 'oikean' kokoisia (kauhan valinta)
- Vastaako ruokalista ja reseptiikka ikääntyneiden tarpeita
- Yöpaloja tarjotaan aktiivisesti
- Smoothiet ja voimajuomat välipalalla

# Havainnoidaanko ruokailua?



Kuva: Ravitsemushoito, VRN, 2010

# Käytäntöjen kehittäminen: *yhteistyön merkitys*

- Ravitsemushoito edellyttää usean tahon saumatonta yhteistyötä ja vastuiden määrittämistä
- Oman roolin ja yhteistyön selkiyttäminen
- Työryhmä, tiimi, foorumi tai säännölliset työkokoukset ruokailu- ja ravitsemusasioille



# Käytäntöjen kehittäminen: ***kokeilut ja kokemukset***

## Työmenetelmät

Seurantalomakkeet syyniin

- Esim. **ruoka- ja juomakirjanpitolomake**
  - onko, käytetäänkö?
  - tarkoituksenmukaisuus ja käytettävyys?
  - uusi versio
    - lomake kokeiluun
    - kerätään käyttökokemuksia
    - kehitetään palautteen perusteella

# Käytäntöjen kehittäminen: *kokeilut ja kokemukset*

## Työmenetelmät

### Seulontamenetelmät

- Vajaaravitsemuksen seulonta, **MNA**
  - Perustelut: miksi, kenelle, milloin?
  - Kokeiluun valitulle asiakas- / potilasryhmälle
  - Kuunnellaan käyttökokemuksia
  - Toimenpiteet seulonnan jälkeen

# Käytäntöjen kehittäminen: *kokeilut ja kokemukset*

## Hyödyn osoittaminen:

- Kuullaan potilaiden, asukkaiden, omaisten ja henkilökunnan kokemuksia
- Missä näkyy ja tuntuu: hoidon vaste, vointi...

# Ravitsemushoito edellyttää hyviä käytäntöjä, joista on sovittu

- Käytäntöjä etsitään, luodaan, kopioidaan, sovelletaan ja kerrotaan eteenpäin
  - Hyviä käytäntöjä voi löytyä viereiseltä osastolta, läheisestä palvelutalosta tai naapurikunnasta!
  - Vinkki: Ravitsemushoito -suositus
  - ***Esimerkki hyvästä ravitsemushoidon käytännöstä työpaikallasi:***

# Ravitsemushoito edellyttää hyviä käytäntöjä, joista on sovittu

- Meillä on sovittu, että
  - *uuden asukkaan tullessa...*
  - *paino punnitaan...*
  - *kaikille asukkaille...*
  - *tässä tilanteessa...*
  - *arvioidaan ja kysytään tällä lomakkeella*
  - *suunnitelman toteutumista tarkistetaan viikoittain*
  - *arvioidaan hoidon tuloksia (paino, ruokahalu, virkeys, suolen toiminta ...*

# Yhtenäiset ohjeet ja käytännöt



## VAJAARAVITSEMUKSEN TUNNISTAMINEN JA RAVITSEMUSHOIDON TEHOSTAMINEN

SAIRAALAT,  
PITKÄAIKAISHOITO,  
PALVELUASUMINEN,  
KOTIHOITO

[VAJAARAVITSEMUS](#)

[MILLOIN EPÄILLÄ VAJAARAVITSEMUSTA?](#)

[VAJAARAVITSEMUKSEN TUNNISTAMISEN MENETELMÄT](#)

[RAVITSEMUSHOITO, MITEN OHJAAAN JA TOIMIN?](#)

[RAVITSEMUSHOIDON KIRJAAMINEN](#)

### LISÄTIETOA & OHJAUSAINEISTOA

Ravitsemushoitosuositus

Ravitsemussuositukset  
ikäntyneille

Gerontologinen ravitsemus ry,  
Gery ry

Esite ikääntyneille ja heidän  
läheisilleen

## RAVITSEMUSHOIDON KÄYTÄNTEIDEN KEHITTÄMINEN

[Tavoitteet](#)

[Koulutukset](#)

[Työryhmä](#)