

Bilag 1: Skema til hjælp for udredning af dårlig ernæringstilstand

Tal med borgeren om hans/hendes oplevelse af vægttabet Hvad kan forklaringen være på vægttabet?? Oplever borgeren konsekvenser ift. vægttabet? Opleves vægttabet positivt eller negativt? Har borgeren oplevet væsentlige forandringer på det seneste? (fx tab af ægtefælle, sygdom)

Problem	IA/P	Undersøg fx	Eksempler på handlemuligheder	Samarbejds-partnere
Kosten / spiser for lidt		-Har borgeren holdninger eller vaner af betydning for kosten eller vægten? Fx mad de ikke vil spise eller hvad de selv ønsker at veje. - Levner borgeren mad på tallerkenen? - Er der nok energi i hoved- og mellemmåltider? - Får borgeren det anbefalede tilskud af D-vitamin og kalk? - Kan borgeren lide maden? - Er der for kort tidsrum mellem hovedmåltider? - Får tilbudt nok mellemmåltider? - Er der forhold ved spisesituationen, som mindsker lysten/muligheden for at spise? - Samler borgeren appetit ved at være fysisk aktiv?	-Tale med borger om præferencer og optimal kost og vægt. - Ændret kostform fx til energitæt kost eller blød kost. Det kan være nødvendigt at fravige en diæt i en periode, for at borgeren kan tage på. - Flere mellemmåltider evt. som energi- og/eller proteindrik - 2 dages kostdagbog - Multivitamin-mineraltabelt - Ændring i dagsrytme - Ændringer ift. spisesituation, fx afskærmning, selskabet, borddækning, anretning, mm. - Mere fysisk aktivitet	- Mad-leverandør - Læge ift. grøn recept og hvis borger har kronisk sygdom (fx diabetes) og behov for ændret kostform. - Private firmaer ift. ernærings-produkter - Aktivitets-medarbejder - Pårørende - Frivillige
Mund- og Tand-status		-Problemer med egne tænder eller protese? - Smerter i munden?	-Undersøgelse af tænder/protese af tandlæge	- Borgers tandlæge eller omsorgs-tandpleje

		- Mundtørhed? - Svamp eller sår?	- Stimuler spytdannelse før måltider ved mundtørhed fx med juice, pastiller, ell. lign. - Behandle svamp og sår	- Sygeplejerske
Tygge- og synkebesvær		-Dysfagi? * - Har maden den rette konsistens? - Optimal sidde- og hovedstilling?	- Træning af mund og kæbe - Ændret kostform fx til blød kost m. mos eller gelékost - Atylet ift. drikkevarer - Optimer siddestilling	- Ergoterapeut - Madleverandør - Læge
Hjælp til at spise		-Får borger rette hjælp til at spise? - Behov for hjælpemidler?	- Tale med borger om, hvad han/hun ønsker at kunne i fremtiden selv (motivation) - Hverdagsrehabilitering - Hjælpemidler - Øget hjælp til fx anretning, tilberedning, servering eller spisning	- Rehabiliterende team - Ergoterapeut - Visitation - Pårørende
Sygdom		Påvirker kronisk eller akut sygdom ernæringstilstand? Fx pga. nedsat funktionsevne, nedsat appetit, glemsomhed, træthed eller pga. øget behov for energi og protein.	-Udredning - Øget energi- og proteinindhold i kosten	- Sygeplejerske - Specialist-sygeplejersker - Demenskonsulent - Læge
Medicin		-Giver medicin kvalme, smagsforstyrrelser, mundtørhed, madlede, diarré eller forstoppelse?	- Ændringer i tidspunktet for medicinindtaget - Ændringer i medicin - Ændret kost	-Sygeplejerske - Læge

*Tegn på dysfagi kan f.eks. være: Hosteanfald under eller efter synkning; er længe om at synke; synk, der tydeligt kan høres; mad og væske løber ud af mundvigen eller næsen, tygger langsomt, tygger kun op/ned, nedsat ansigtsmimik, madrester i munden/på læberne efter et måltid, hyppige lungebetændelser.

Sonde-kost		-Er dagskosten tilstrækkelig? - Trives borger fysisk og psykisk med sonden? - Fungerer sonden som den skal?	-Tale med borger om hvad der giver livskvalitet og om det bliver tilgodeset - Udredning for depression - Selskab ved måltider - Fysisk aktivitet - Begynde til en aktivitet	- Sygeplejerske - Private firmaer ift. ernæringsprodukter - Læge
Mistrivsel		-Er borger ensom? - Er borger i sorg? - Er borger deprimeret?	- Tale med borger om hvad der giver livskvalitet og om det bliver tilgodeset - Udredning for depression - Selskab ved måltider - Fysisk aktivitet - Begynde til en aktivitet - Besøgsven	- Pårørende - Visitation - Frivillige

Sammenfatning

Hvilke forandringer er borgeren selv motiveret for og hvorfor:

Handlinger, som borger og personale er enige om at sætte i værk: