

SUOSITUKSET

VAJAARAVITSEMUKSEN TORJUMISEKSI

perustuvat ENHAn From Malnutrition to Wellnutrition -konferenssissa 22.11.2006 esitettyihin suosituksiin

1. Yleiset suositukset

Tietoisuutta vajaaravitsemuksesta tulee lisätä

- Yleistä tiedon tasoa ravitsemuksen merkityksestä sairauksien ehkäisyssä ja hoidossa sekä vajaaravitsemuksesta tulee kohottaa. Tämä tapahtuu välittämällä tietoa monipuolisesti eri kanavien kautta.
- Välineinä voidaan käyttää esitteitä ja muuta kirjallista materiaalia, keskusteluja terveydenhuollon ammattilaisten vastaanotoilla sekä tiedotusvälineitä.
- Myös internetin, sähköpostin ja tekstiviestien mahdollisuudet tulee tutkia ja käyttää hyväksi.
- Sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisten tietoisuutta vastuustaan vajaaravitsemuksen tunnistamisessa, torjumisessa ja hoidossa tulee lisätä.
- Alan ammattijärjestöjen tulee kannustaa jäseniään hankkimaan tietoa vajaaravitsemuksesta ja työskentelemään vajaaravitsemuksen torjumiseksi.
- Tavoitteena on, että ihminen itse, hänen läheisensä tai hoitajansa tunnistavat vajaaravitsemusriskin ja tietävät, miten sitä voi torjua.

Ravitsemus osaksi terveydenhuollon koulutusta

- Vajaaravitsemusta ja sen seurauksia tulee käsitellä alan ammattiopinnoissa kaikilla tasoilla sekä täydennyskoulutuksessa.
- Aiheen tulee kuulua oppilaitosten tutkintovaatimukseen.
- Koulutusaineistot tulee pitää ajan tasalla.

Vajaaravitsemuksen ennaltaehkäisy tavoitteeksi

- Potilaiden ravitsemustilan arvioinnin ja muiden vajaaravitsemuksen torjumiseen tähtävien toimien tulee kuulua sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisten rutiinitehtäviin, ja niiden toteuttamista tulee valvoa.
- Henkilöstön käytössä tulee olla asianmukaiset vajaaravitsemusriskin arvioinnissa tarvittavat menetelmät.

Moniammatillinen yhteistyö

- Sairauksien hoitokäytäntöjä kehitettäessä tulee tavoitteeksi ottaa potilaiden hyvä ravitsemustila.
- Moniammatillisen yhteistyön käytäntöjä tulee kehittää vajaaravitsemuksen torjumiseksi.
- Vajaaravitsemuksen torjumisen tulee saada sosiaali- ja terveydenhuollon organisaatioiden täysi tuki.

Kliiniset ravintovalmisteet sairausvakuutuksen korvauksen piiriin vajaaravitsemuksessa

2. Suositukset vajaaravitsemuksen torjumiseksi sairaaloissa

Valtion tulee edellyttää rutiineja vajaaravitsemuksen torjuntaan

- Ravitsemushoidon laajamittainen hyväksyminen osaksi sairaaloiden päivittäisiä rutiineja edellyttää ohjeistusta valtion taholta.
- Tavoitteena on, että hyvä ravitsemus kuuluu lääkäreiden ja hoitajien mielissä välttämättömänä osana hyvään hoitoon.
- Ravitsemushoidon tulee olla moniammatillista ja systemaattista.
- Ravitsemushoitoon tulee osoittaa riittävät henkilöstöresurssit ja välineet.
- Ravitsemusta ja ravitsemushoitoa koskevan tiedon tulee olla osa henkilöstön koulutusta ja täydennyskoulutusta kaikilla tasoilla.
- Sairaaloiden on investoitava asianmukaiseen koulutukseen.

Ravitsemishoidon kustannushyödyt tuotava esille

- Tietoa ravitsemushoidon kustannuksista ja sillä saavutetuista hyödyistä sairaaloissa tulee kerätä valtakunnallisesti.

Potilaat ja omaiset tietoisiksi hyvän ravitsemustilan merkityksestä

- Sairaalapotilaille tulee selvittää vajaaravitsemuksen seuraukset.
- Ruoan ja täydennysravintovalmisteiden makuun ja houkuttelevuuteen tulee kiinnittää huomiota.
- Potilaiden ja heidän omaistensa tulee edellyttää sairaalalta, että hoitotulos ei vaarannu huonon ravitsemuksen takia.
- Ravitsemusta koskevat ohjeet tulee antaa kielellä, jota potilas ymmärtää

Ravitsemukseen liittyvät tiedot kirjataan potilastietoihin

Seuranta säännöllisesti

- Potilaiden ravinnon saantia ja ravitsemustilaa tulee seurata säännöllisesti.

Tiedonkulusta huolehtiminen hoitoketjussa

- Ravitsemushoidon jatkumisesta kotiuttamisen jälkeen tulee huolehtia yhteydenotolla avoterveydenhuoltoon.

3. Suositukset vajaaravitsemuksen torjumiseksi vanhainkodeissa

Valtakunnalliset suositukset ja standardit

- Vanhainkoteja varten tulee laatia valtakunnalliset ravitsemusta ja ravitsemushoitoa koskevat suositukset.
- Henkilöstön ravitsemushoidolliselle ammattitaidolle tulee määritellä vähimmäistaso.

Asukaslähtöinen ruokailutilanne

- Asukkaan ruokaa ja ruokailua koskevien toiveiden tulee toteutua mahdollisimman hyvin.
- Ruokailuympäristön rauhallisuuteen ja viihtyisyyteen tulee kiinnittää huomiota.
- Ruokailutilanteen tulee olla keskeytymätön ja sille tulee varata riittävästi aikaa.
- Apua ruokailuun tulee olla saatavissa riittävästi.
- Ruokaa on hyvä olla saatavana ympäri vuorokauden.

- Henkilöstön tulee kiinnittää huomiota myös asukkaiden sanattomaan viestintään etenkin laitoksissa, joissa hoidetaan dementiapotilaita.

Ravitsemustilan arviointi, kirjaaminen ja seuranta säännölliseksi

- Asukkaiden ravitsemustila tulee arvioida vanhainkotiin tullessa. Sitä pitää seurata säännöllisesti ja sitä koskevat tiedot tulee kirjata.
- Asukkaille tulee laatia hoitosuunnitelma, jossa on otettu huomioon ravitsemus.
- Asukkaiden tarpeiden ja toiveiden välille tulee pyrkiä löytämään tasapaino.
- Tarpeettomia ruokaan liittyviä rajoituksia tulee välttää.

Henkilöstön ja johdon sitoutuminen ravitsemuskoulutukseen

- Vanhainkotien henkilöstön ammattitaitoa tulee kehittää lisäämällä ravitsemusta koskevan tiedon osuutta sosiaali- ja terveydenhuoltoalan oppilaitosten koulutussisällöissä sekä järjestämällä täydennyskoulutusta.
- Vanhainkotien johtajien tulee tukea henkilöstön hakeutumista koulutukseen.
- Ravitsemusta tulee käsitellä henkilöstön perehdytyksessä.

Henkilöstön vastualueet ja yhteistyö selkeiksi

- Vanhainkotien henkilöstön vastualueiden tulee olla selvästi määriteltyjä myös ravitsemuksen toteuttamisessa.
- Ruokahuoltohenkilöstön, hoitohenkilöstön ja asukkaiden yhteistyöhön tulee kiinnittää huomiota.

Moniammatillisuus ja hoitoketjun jatkuminen osaksi hoitokäytäntöä

- Hoitokäytännöissä tulee suosia moniammatillista lähestymistapaa.
- Henkilöstöllä tulee olla mahdollisuus saada ammatillista tukea ravitsemusterapeutilta.
- Ravitsemushoidon jatkuminen tulee turvata asukkaan siirtyessä laitoksesta toiseen.