



Nattfasta och måltidsregistrering

November 2024

Innehåll

Sammanfattning	4
Bakgrund	5
Metod 6	
Resultat	7
Nattfasta	7
Antal måltider som serveras	10
Referenser	10
BILAGOR.....	11
Bjärkegården	11
Brogården	13
Brunnen	15
Hagagården	17
Hemsjögården	19
Kaptenen	21
Kvarnbacken.....	23
Noltorpsgården	25
Tuvegården	27
Ängabogården.....	29

Sammanfattning

Under november 2024 har det gjorts måltids- och nattfastaregistrering på kommunens äldreboenden i Alingsås kommun.

Syftet med mätningen var att ta reda på hur kommunen uppnår rekommendationerna att ha en nattfasta som är ≤ 11 timmar samt hur många måltider som serveras per dygn. Detta har gjorts regelbundet på kommunens äldreboenden sedan 2013, eftersom en kortare nattfasta samt ett intag av flera måltider hos äldre och sköra brukare ökar välmående och kan minska risken för undernäring.

Registreringen har gjorts under tre dygn ute på avdelningarna vilket sedan lagts in i en databas. Resultaten visar att nattfastan på äldreboendena i kommunen ökat från förra mätningen i mars 2024 från 12,8 till 13,1 timmar. Medeltiden för nattfastan varierar mellan de olika äldreboendena från 11,7 timmar till 14,6 timmar. Inget äldreboende ligger under elva timmar när det gäller faktisk nattfasta. Faktisk nattfasta innebär den längsta tiden mellan att brukaren ätit eller druckit något. Brunnen, Kaptenen och Ångabogården ligger under tolv timmar avseende faktisk nattfasta och under elva timmar när det gäller erbjuden nattfasta. Erbjuden nattfasta är den längsta tiden mellan att brukaren blivit erbjuden mat, men tackat nej. Även Hemsjögården låg under elva timmar avseende erbjuden nattfasta. Resterande äldreboenden låg från cirka 13 timmar.

De flesta måltider serveras mellan klockan 07.00 till 21.00. De äldreboenden som serverar måltider oftare under hela dygnet som exempelvis Brunnen, Kaptenen, Ångabogården och Tuvegården är även de boenden som har den lägsta nattfastan.

Antal godkända nätter ≤ 11 timmar låg på 19 procent vilket är lägre än de flesta tidigare mätningar. Det var dock en stor spridning mellan de olika äldreboendena där Brunnen, Hemsjö och Kaptenen hade högst antal godkända nätter.

Mätningen visar att 88 procent av brukarna åt 4 - 10 måltider per dygn med ett snitt på 5,4 måltider.

Nattfaste- och måltidsregistreringarna är viktiga mätverktyg i förvaltningens fortsatta arbete med att följa Socialstyrelsens rekommendationer på elva timmars nattfasta, för att på så sätt minska riskerna för undernäring.

Bakgrund

En studie har visat att om nattfastan (det vill säga den tid som är mellan sista målet och första målet) är längre än elva timmar ökar risken för undernäring med 67 procent på brukare med en medelålder på 78 år. Forskningen visar även på att mindre än fyra ät tillfällen per dag leder till tre gånger högre risk för undernäring (Soderstrom, 2018).

Att utöka måltidsordningen med små måltider och mellanmål ger bra resultat. I en studie med sköra och undernärda sjukhuspatienter ökade deras energiintag med 600 kcal och proteinintag med tolv gram per dag när de serverades två mellanmål per dag. Detta ledde till kortare vårdtid jämfört med dem som fick rutinvård (Kruizenga, 2005).

En annan studie visar även att äldre personer inte kompenserar genom att äta mindre av huvudmålet jämfört med yngre människor om de serveras mellanmål. Detta gör att mellanmål är ett bra sätt att öka energiintaget (Rolls, 1995).

Rekommenderad måltidsfördelning vid nedsatt aptit:

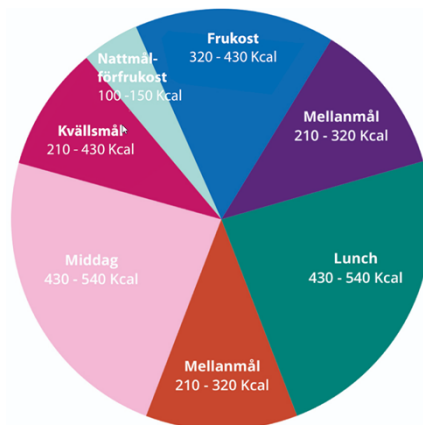


Bild: Nollvision undernäring

I Alingsås kommun har vi därför mätt både nattfastan samt antal måltider för att säkerställa både nivån och förändringen i kommunen samt få underlag för att veta var och vilka eventuella åtgärder som behöver sättas in för att nå de mål vi strävar mot.

Syfte

Att ta reda på hur kommunen följer rekommendationerna att nattfastan inte bör överstiga elva timmar på äldreboenden. Se hur många måltider som serveras under dygnet på äldreboendena.

Metod

Registrera måltider (faktiska och erbjudna) under tre dygn på äldreboenden. Registreringen har gjorts på blankett som har används tidigare år där samtliga måltider (erbjudna eller faktiskt ätna) registreras av vårdpersonalen. Det finns blanketter för registrering där de kan välja mellan att använda en blankett per brukare eller för alla brukare per avdelning.

Följande koder användes: Kod1= Brukaren åt eller drack
Kod 2= Brukaren tackade nej

Information om nattfastaregistrering samt blanketter har distribuerats ut via kommunportalen, mail samt information från verksamhetschefen till enhetscheferna.

Vårdpersonalen har sedan fyllt i formuläret för brukarna på 38 avdelningar på tio äldreboenden under tre dygn.

Informationen har därefter registrerats och lagrats i en databas. För att effektivisera inmatningen av den stora mängden data har tidigare konstruerats ett specialanpassat program för inmatning och redigering. Datalagring i SQL-databas har möjliggjort såväl flexibel analys av materialet som rimlighetskontroll och eventuella felrättningar.

Nattfastan har räknats ut från databasen som det längsta intervallet mellan registrerade tillfällen då brukaren ätit minst 100 kcal vilket är en standard som är samma i hela landet.

Ur databasen har både faktisk och erbjuden nattfasta beräknats. Faktisk nattfasta (ofrivillig nattfasta) är den tid brukaren inte har ätit på. Som erbjuden nattfasta räknas den tid som skulle blivit om brukaren hade tackat ja vid alla erbjudanden om mat.

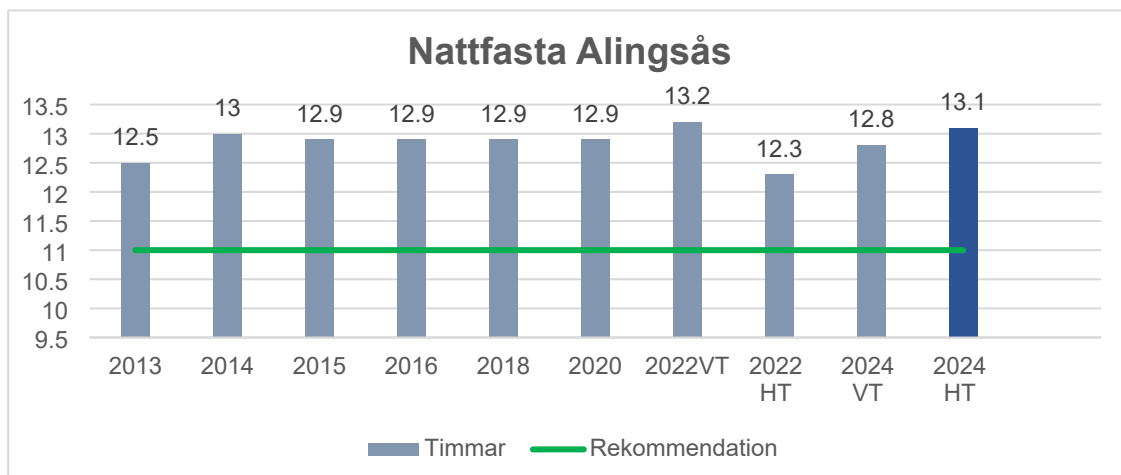
Brukare med sondmatning, vård i livets slut eller som är bortresta är ej medräknade i registreringen. I de fall brukaren inte har ätit på hela förmiddagen eller eftermiddagen har mätningen inte registrerats.

Resultat per rum ges till enhetschefer för att kunna göra eventuella individanpassade åtgärder.

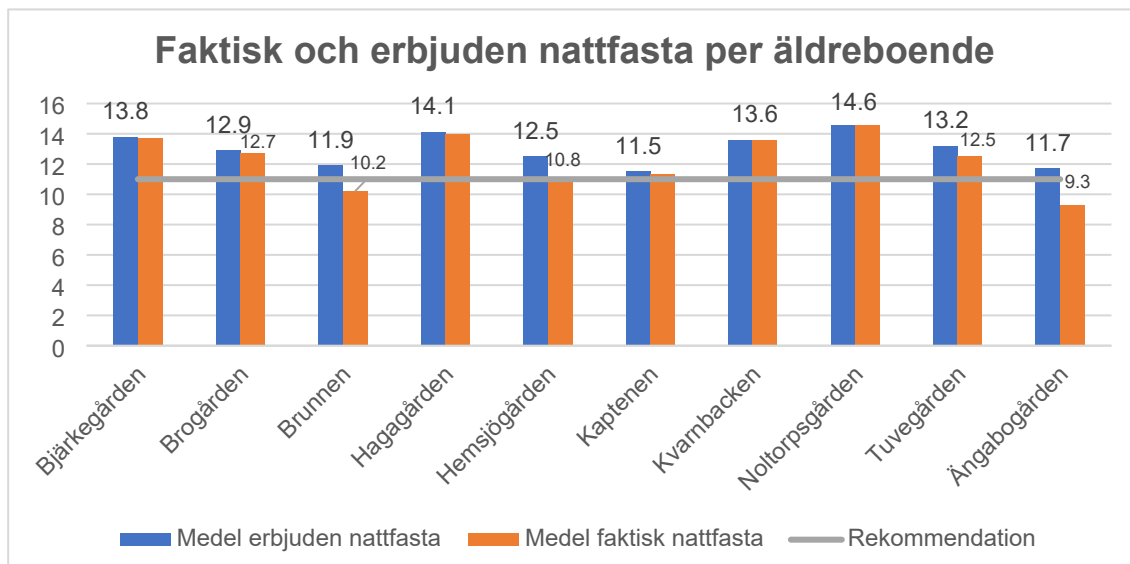
Resultat

Nattfasta

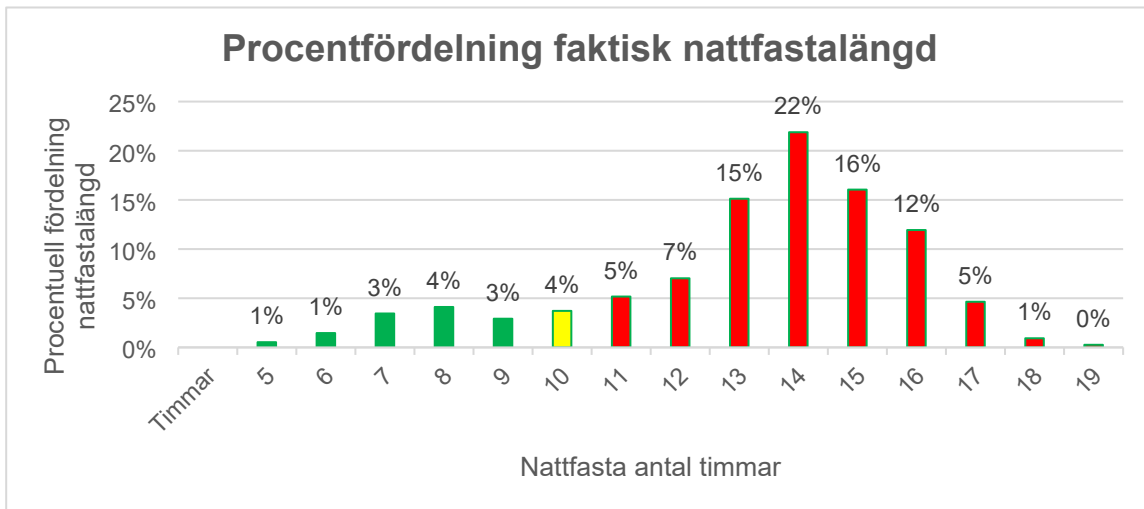
Nattfastan i kommunen låg på 13,1 timmar. Erbjuden nattfasta 12,5 timmar, då är även måltiderna som blivit erbjudna men tackats nej till medräknade. Totalt har 754 medräknade nätter tagits med.



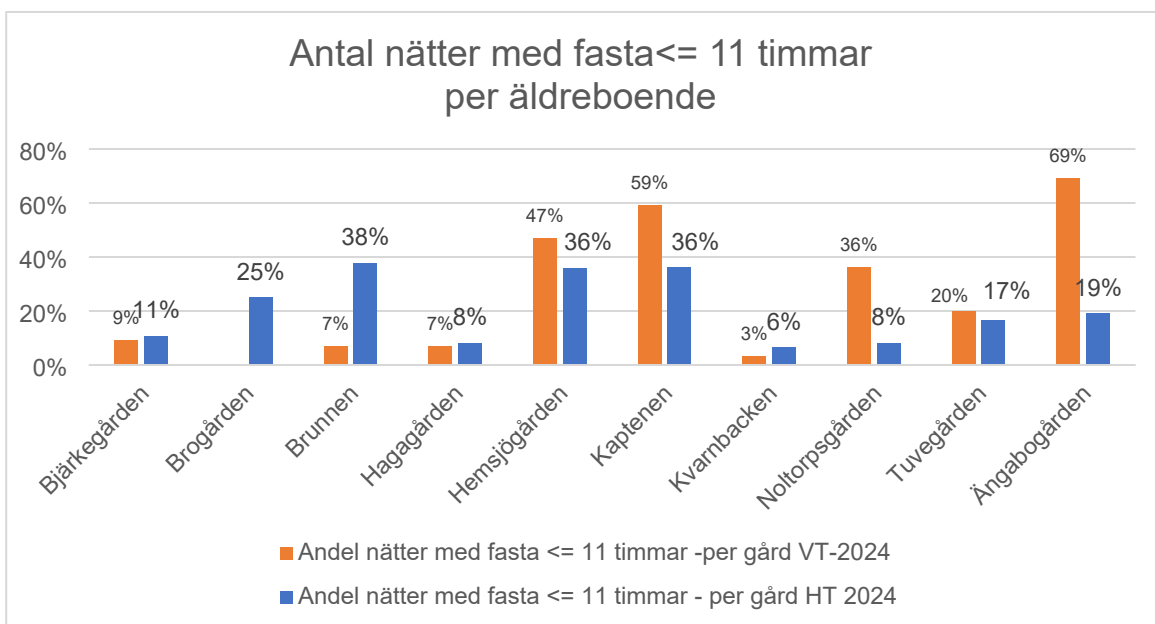
Nattfastan har stigit från 12,8 till 13,1 timmar sedan vårens mätning 2024.



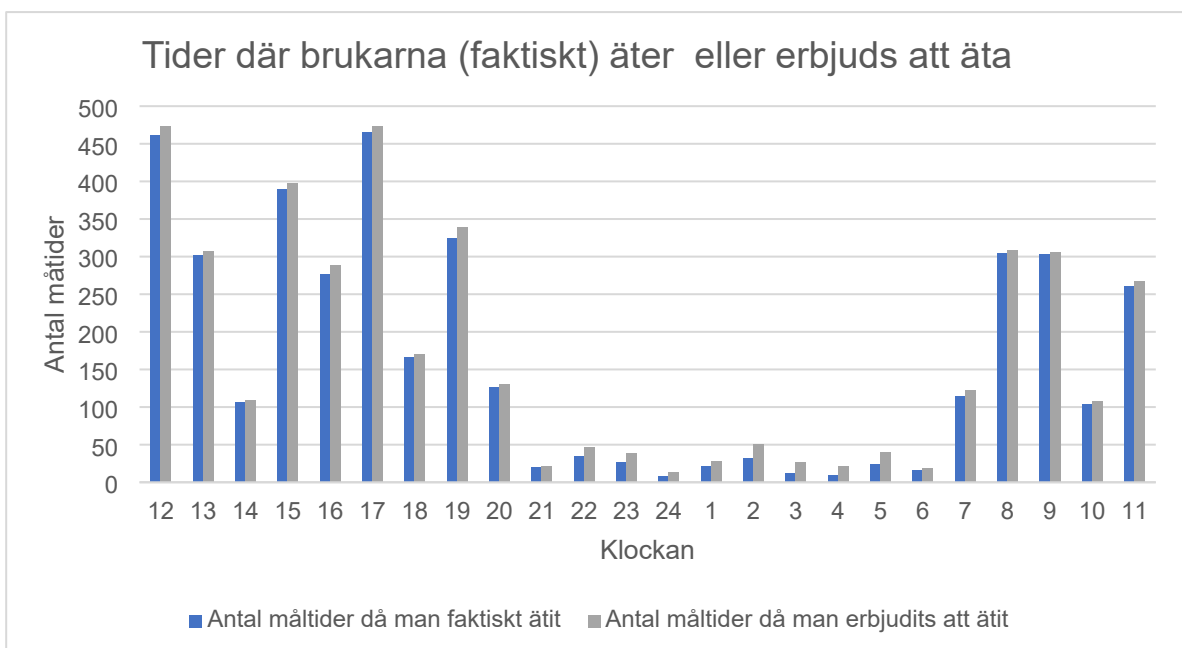
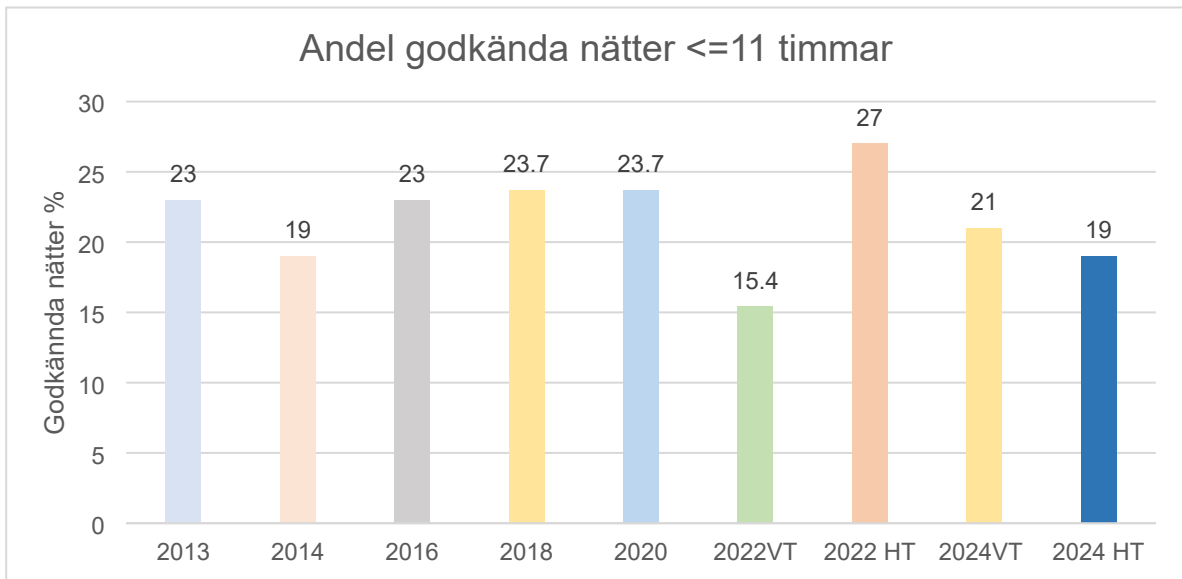
Medeltiden för nattfasta varierade mellan 11,5 – 14,6 timmar. Kaptenen, Ängabogården och Brunnen låg under tolv timmar. Inget äldreboende låg under elva timmar. Skillnaden mellan erbjuden och faktisk nattfasta varierar mellan äldreboendena.



Typvärdet det vill säga den tid som registrerats flest gånger är som tidigare 14 timmar, förutom 2013 och vårterminen 2022 då typvärdet låg på 13 timmar.

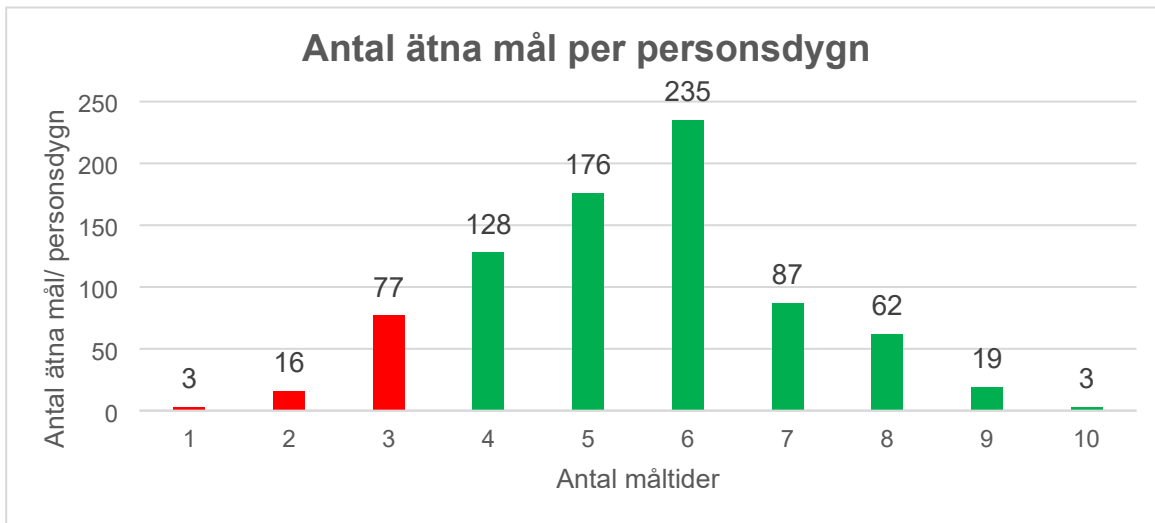


Höstens mätning var 19 procent godkända nätter, det vill säga 81 procent hade mer än elva timmars nattfasta. Det varierade en del mellan äldreboendena i november 2024, men betydligt lägre än tidigare.



De flesta av måltiderna serveras under dagtid från klockan 07.00-21.00.

Antal måltider som serveras



För äldre personer som inte orkar äta så mycket per gång är det viktigt att det serveras flera lite mindre måltider per dygn. Det vanligaste i kommunen är sex måltider som serveras per dygn till brukarna. Mätningen visar 88 procent av antal ätna mål per persondygn är fyra mål eller fler.

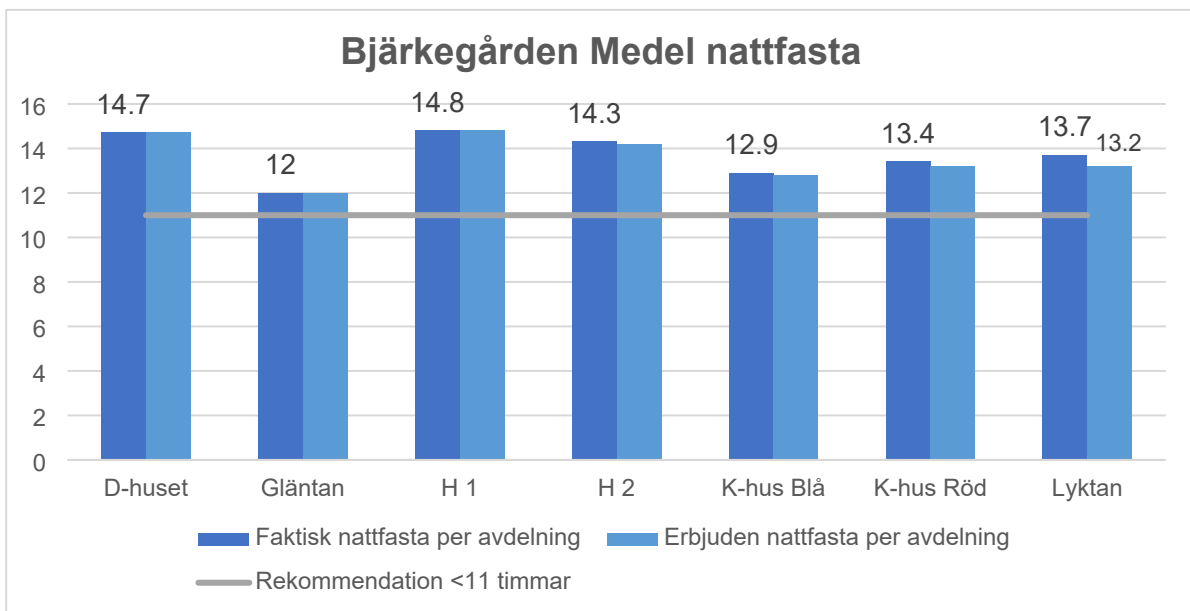
Referenser

- Kruizenga, H. M.-d. (November 2005). Effectiveness and cost-effectiveness of early screening and treatment of malnourished patients. *The American Journal of Clinical Nutrition*, ss. 1082-9.
- Rolls, B. J. (Nov 1995). Age-related impairments in the regulation of food. *The American Journal of Clinical Nutrition*, ss. 923-31.
- Soderstrom, L. T. (Oktober 2018). Mealtime habits and meal provision are associated with malnutrition among elderly patients admitted to hospital. *Clinical nutrition*, ss. 281-2.

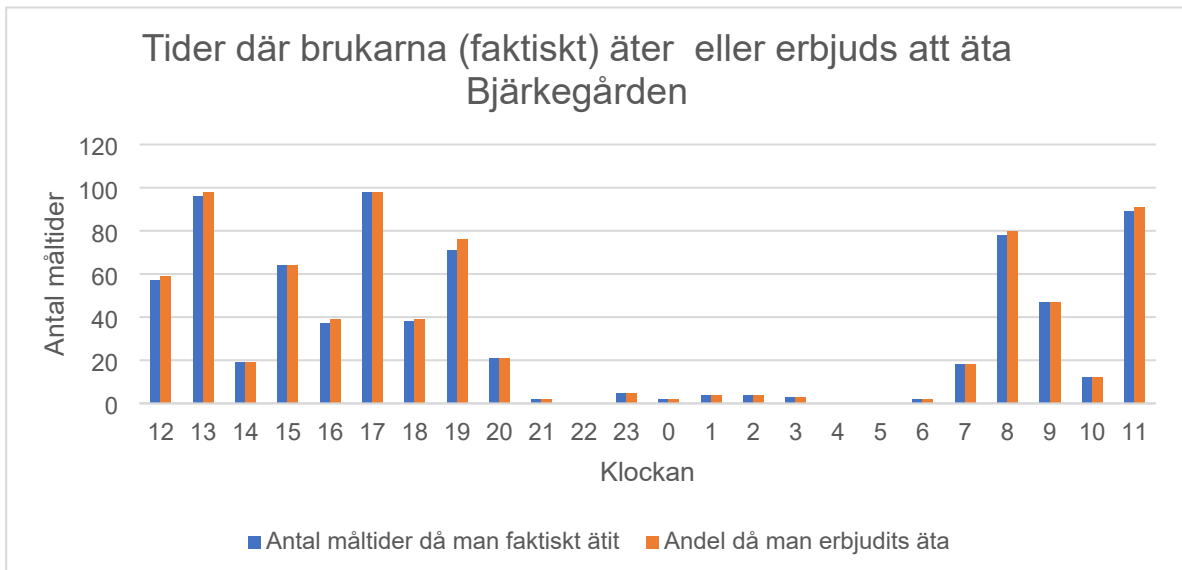
BILAGOR

Bjärkegården

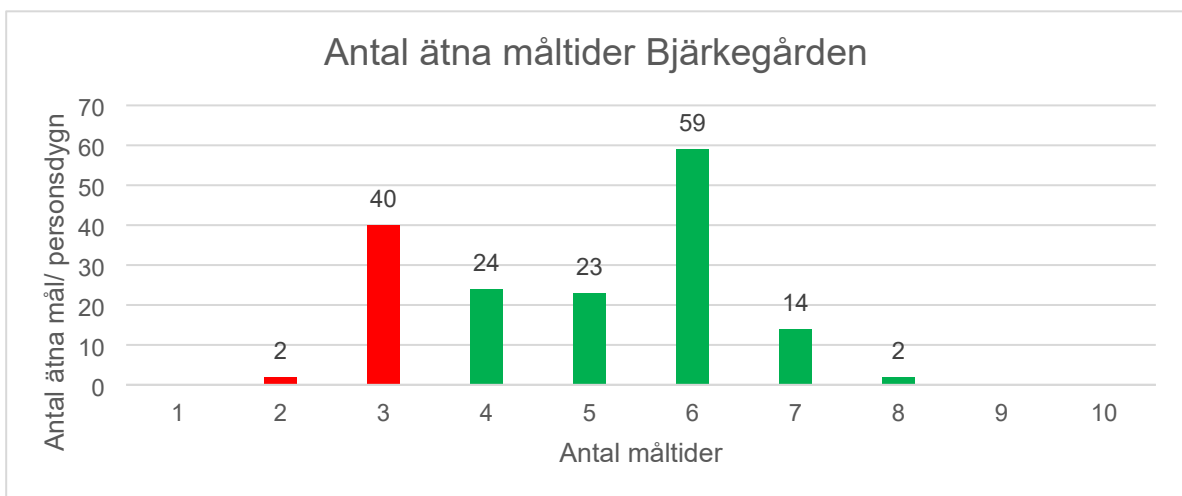
På Bjärkegården gjordes mätningar på C-huset, D-huset, Gläntan, H1, H2 K-huset Blå och röd samt Lyktan.



Nattfastan låg högt på många avdelningar men var lägst på Gläntan som är demensavdelning som ligger på tolv timmar.



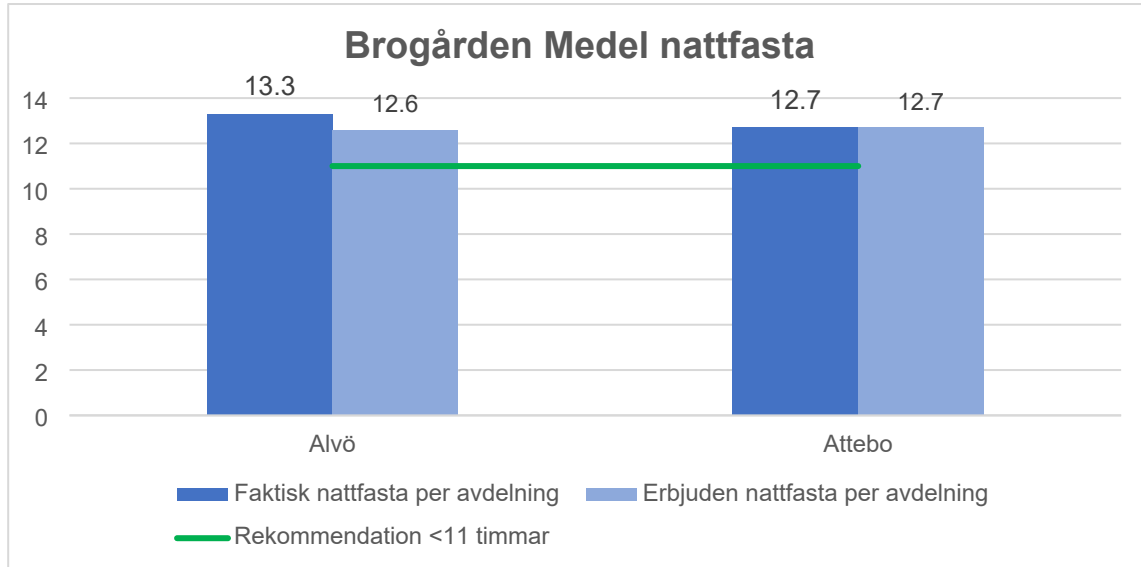
De flesta måltiderna serveras mitt på dagen. De flesta måltiderna serveras från klockan 07.00 och fram till klockan 21.00.



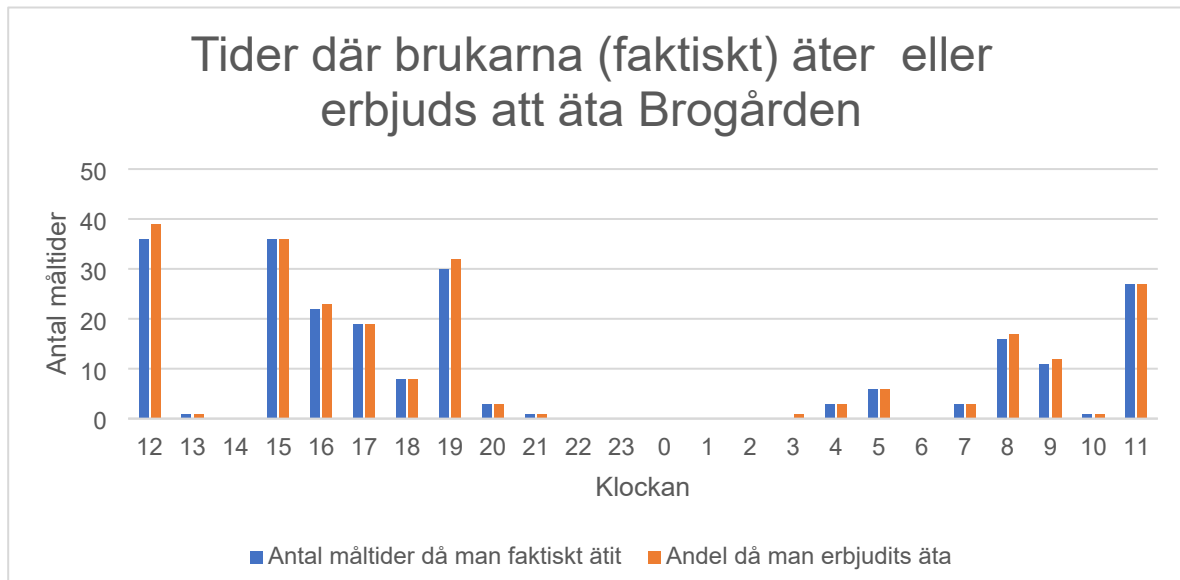
Vanligast var att brukarna åt tre till sex måltider per dag.

Brogården

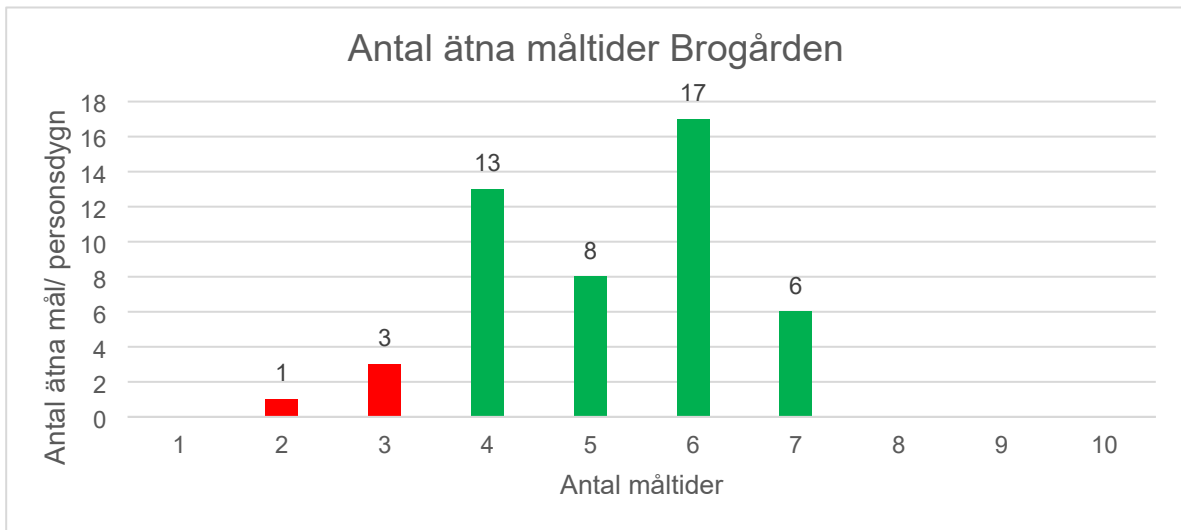
På Brogården som är ett nytt äldreboende gjordes mätningar på Alvö och Attebo.



Nattfastan låg på 12,7 och 13,3 timmar.



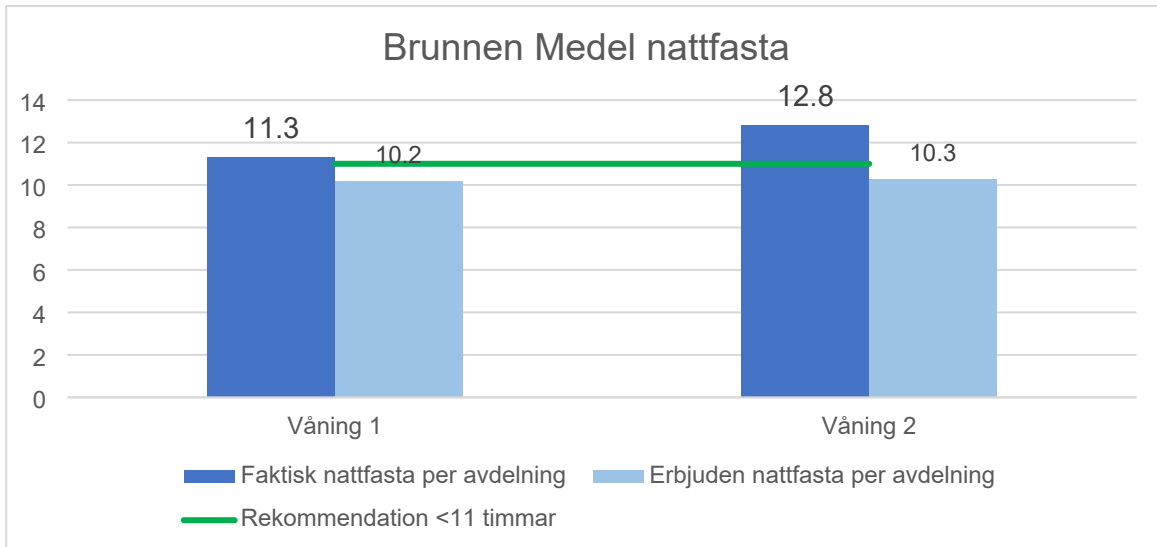
Från klockan 08.00 till 20.00 serveras de flesta måltiderna. En del serveras även tidigt på morgonkvisten.



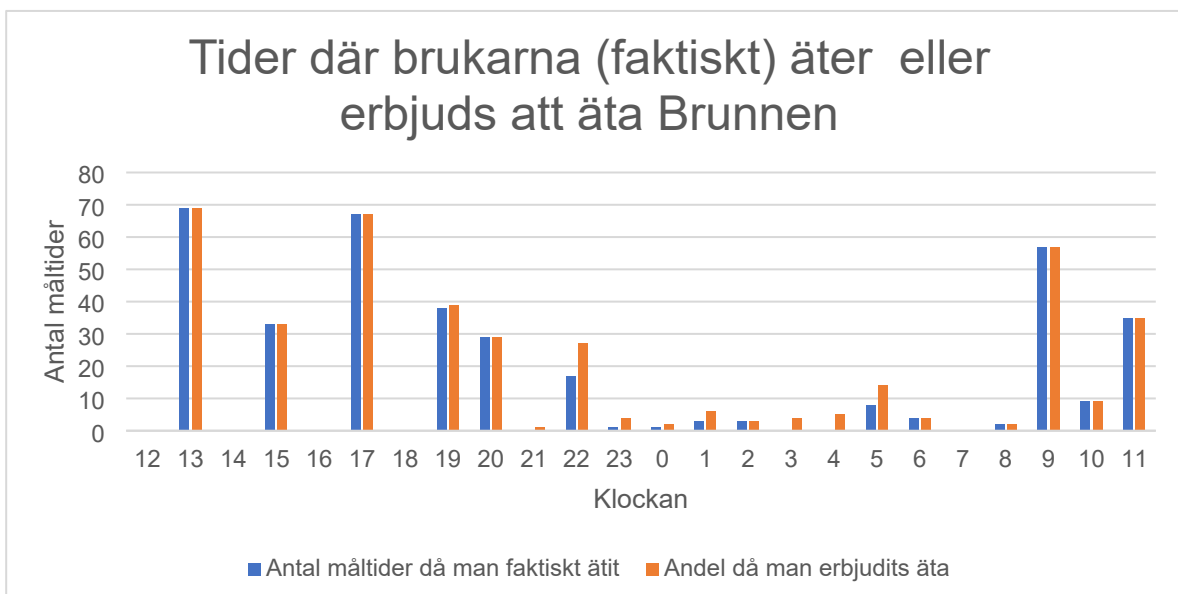
Det vanligaste är att det serveras sex måltider där de flesta erbjuds mellan fyra till sju måltider per dygn.

Brunnen

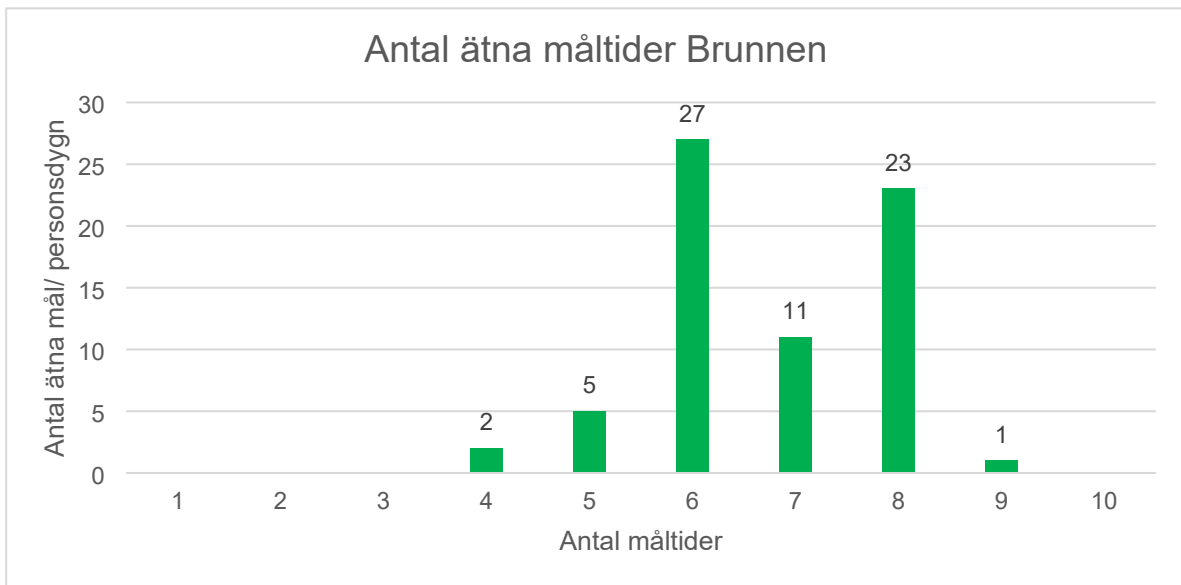
På Brunnen gjordes mätningar på både våning 1 och våning 2.



Nattfastan på Brunnen låg på 11,3 och 12,8 timmar. Erbjuden nattfasta låg däremot på 10,2-10,3 timmar.



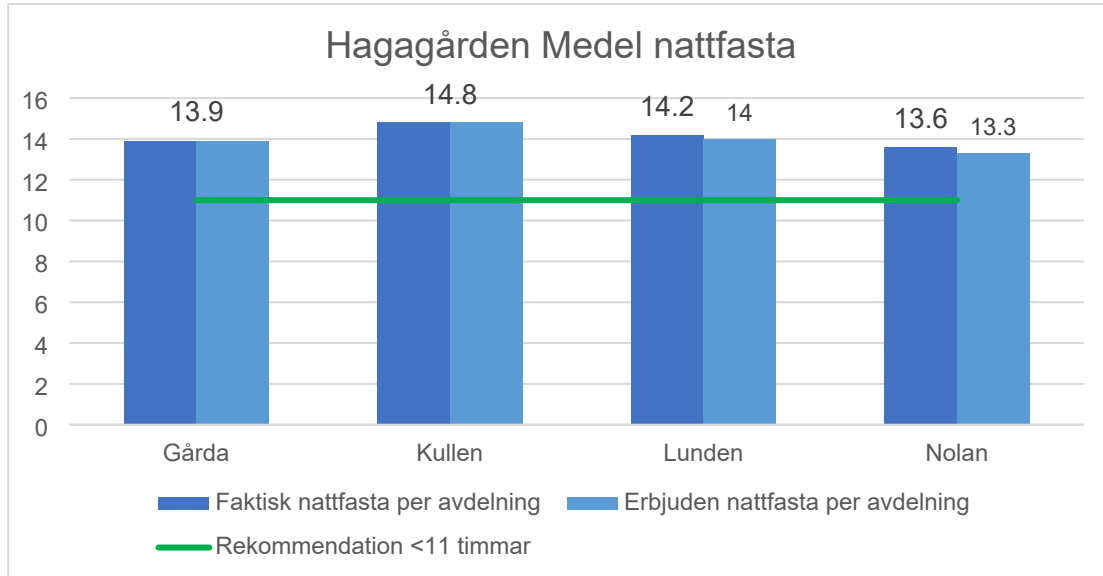
Måltiderna serveras mestadels från klockan 09.00 till 23.00. Men en hel del måltider erbjuds även under natten och tidig morgon.



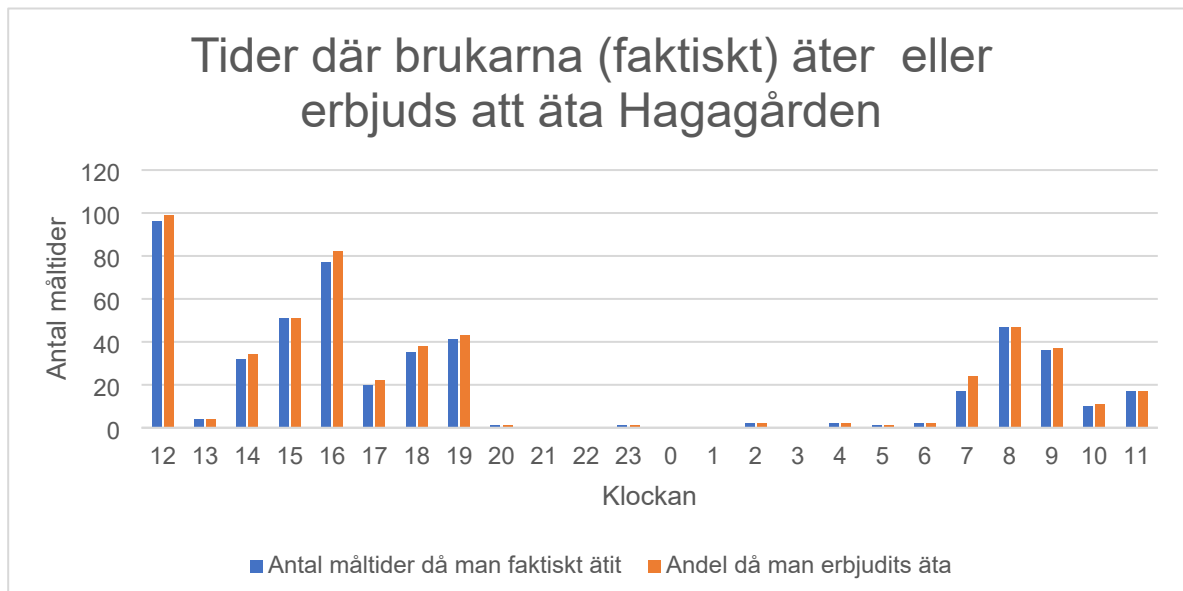
Det mest vanliga var att brukarna hade sex och åtta ättna mål med en variation från fyra till nio.

Hagagården

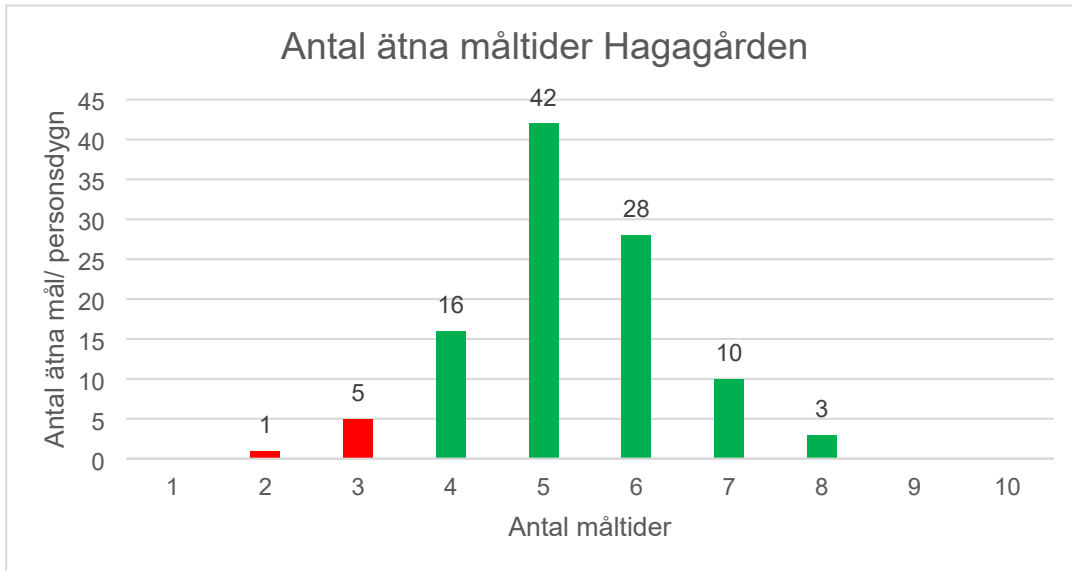
På Hagagården gjordes mätning på avdelningarna Gårda, Kullen, Nolan och Lunden.



Nattfastan på Hagagårdens avdelningar låg alla högt och mellan 13,6 till 14,8 timmar.



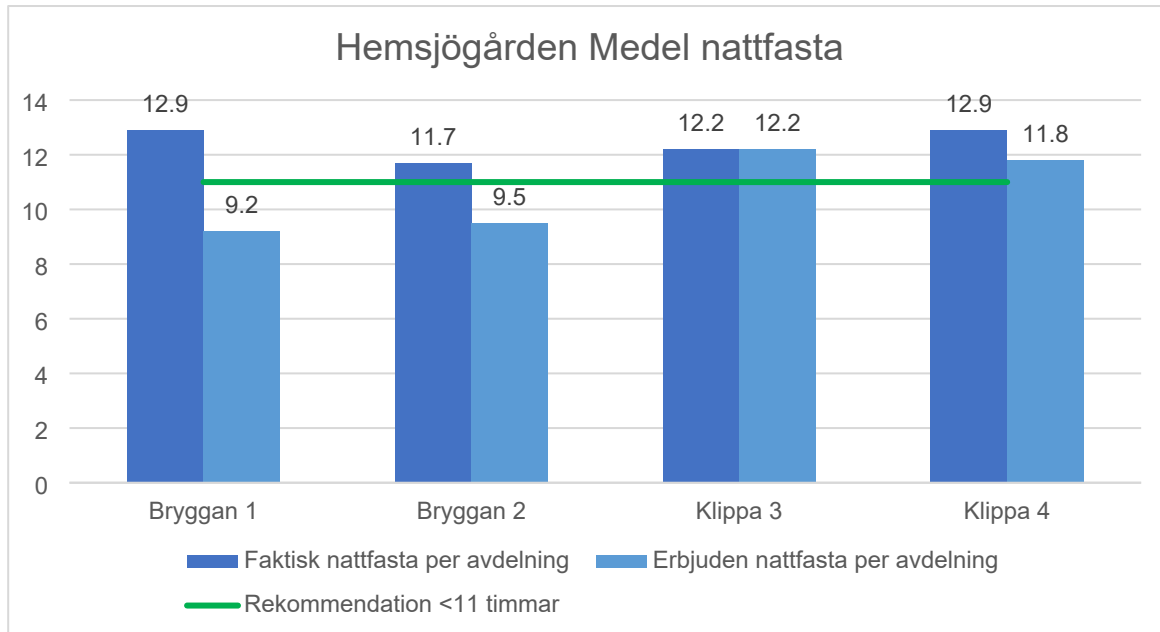
Så gott som samtliga måltiderna serverades mellan klockan 07.00-20.00.



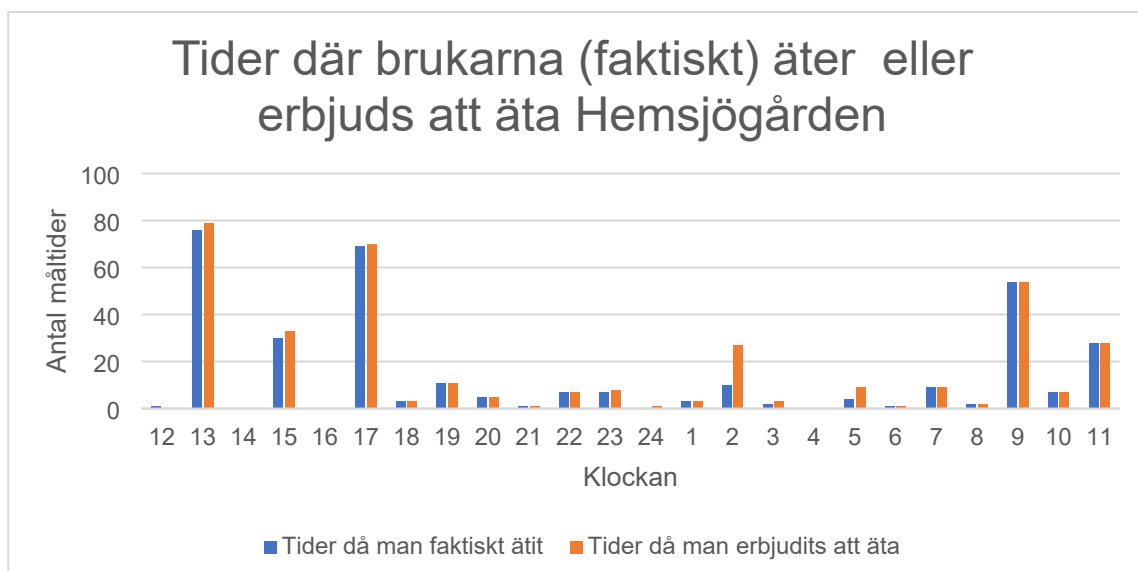
Det var många som fick flera måltider per dygn där fem och sex mål var vanligast.

Hemsjögården

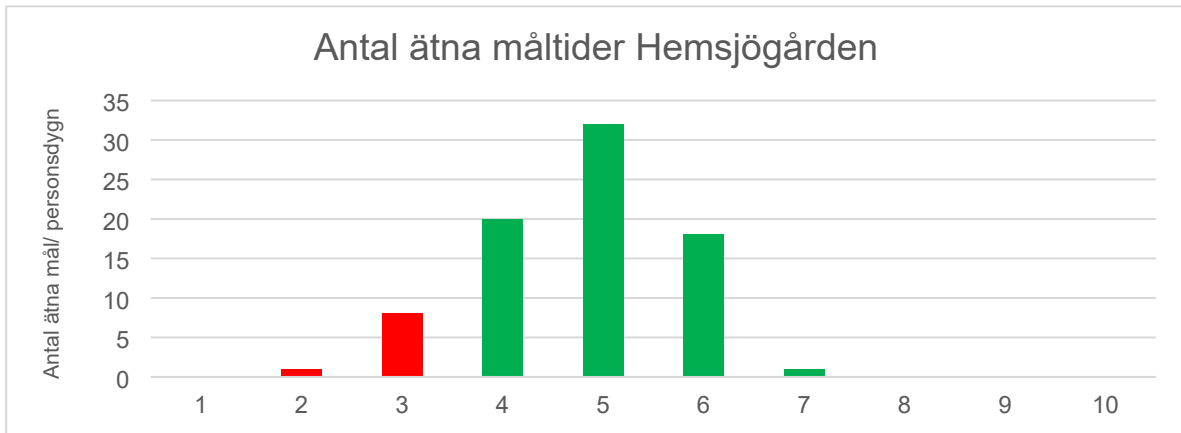
På Hemsjögården gjordes mätning på Bryggan 1, Bryggan 2, Klippa 3 och Klippa 4.



Den faktiska nattfasta på Hemsjögården låg på 11,7 till 12,9 timma. Den erbjudna nattfastan låg däremot på 9,2 och 9,8 på Bryggan 1 och 2 vilket är mycket låga siffror.



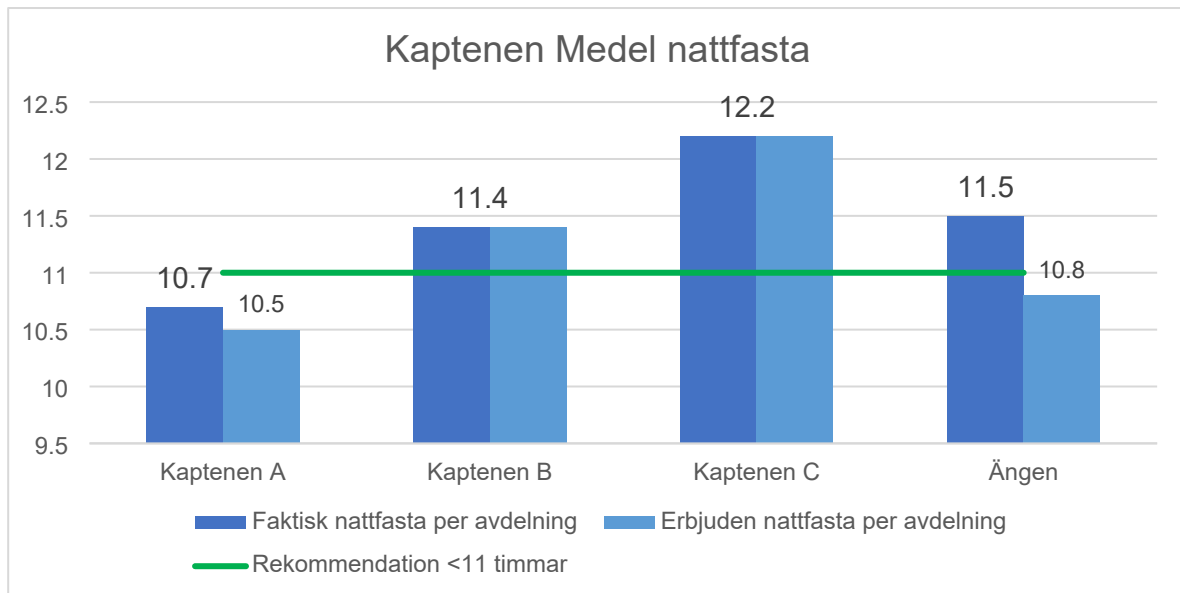
Förutom frukost klockan 9.00, lunch klockan 13.00 och kvällsmat klockan 17.00 åt ca hälften fika vid klockan 11.00 och 15.00. Däremellan erbjöds även mat för de som önskade under hela dygnet.



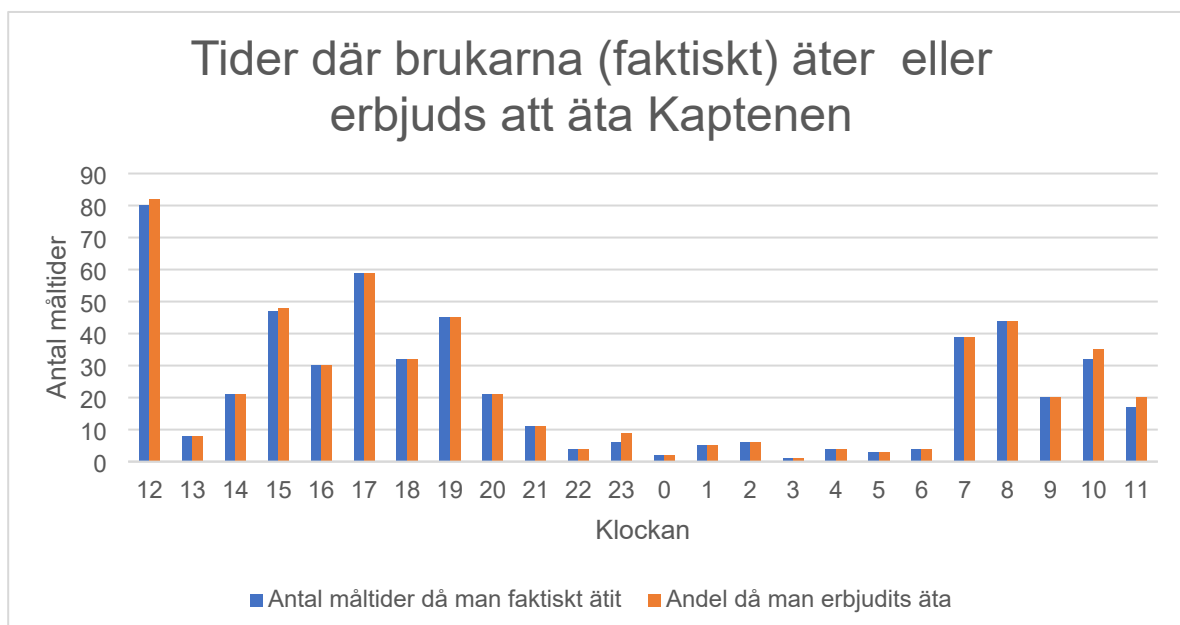
Det serverades mellan två till sju måltider per dygn. Mest vanligt var mellan fyra till sex måltider.

Kaptenen

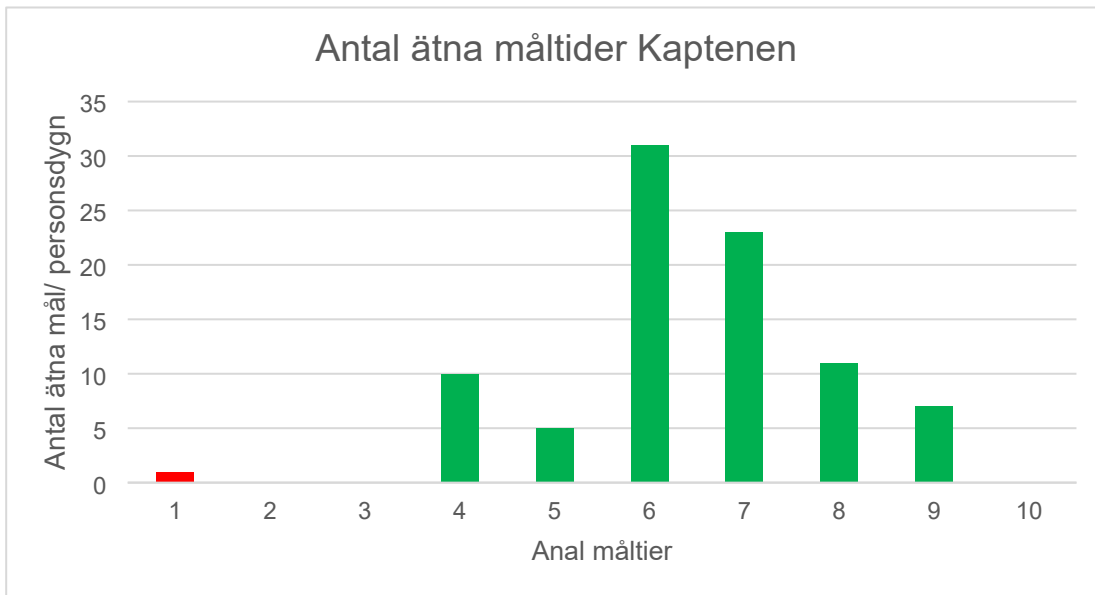
På Kaptenen gjordes mätning på avdelning A, B och C.



Nattfastan på Kaptenen låg från 10,7 timmar till 12,2 vilket är ett bra resultat. Erbjuden nattfasta låg även ännu lägre på Kaptenen A och Ängen med 10,5 och 10,8 timmar.



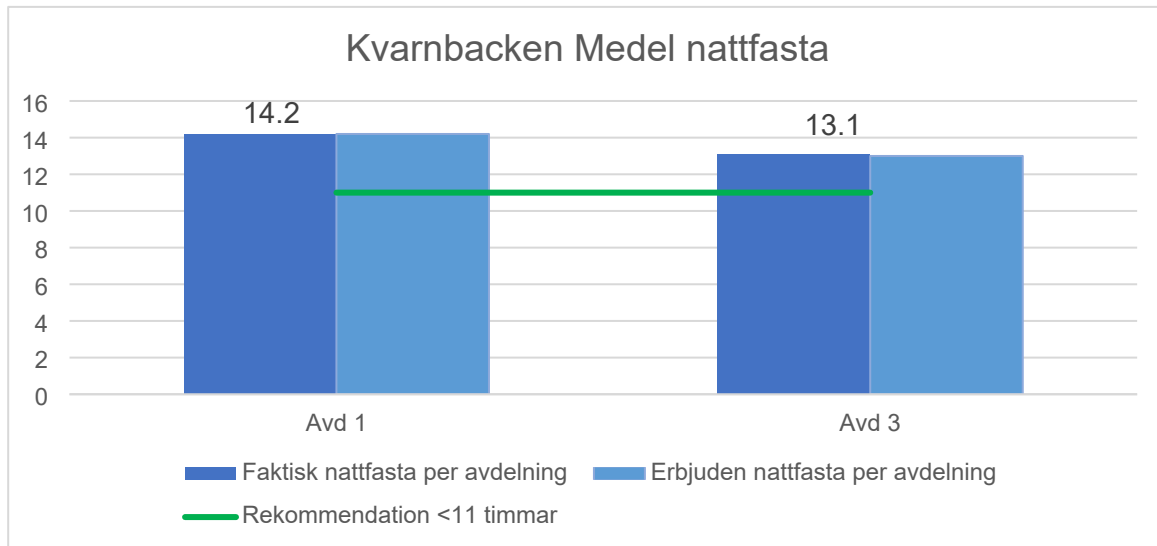
Förutom huvudmåltiderna serveras mellanmål jämnt under hela dygnet.



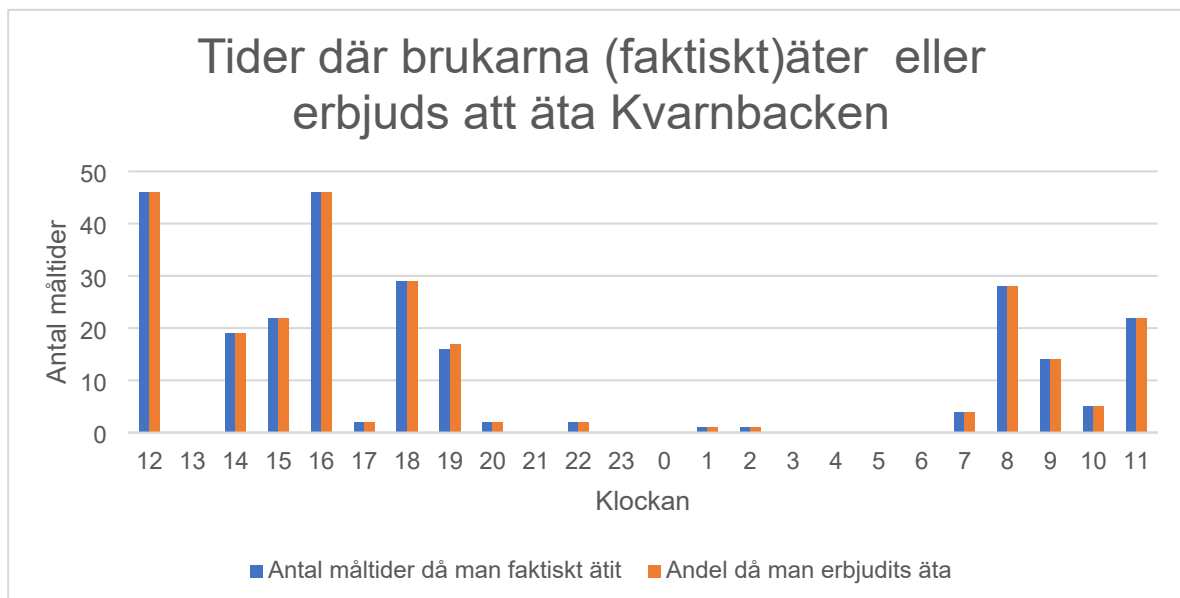
På Kaptenen serverades det mellan fyra till nio måltider per dygn där det mest vanliga var sex måltider per persondygn.

Kvarnbacken

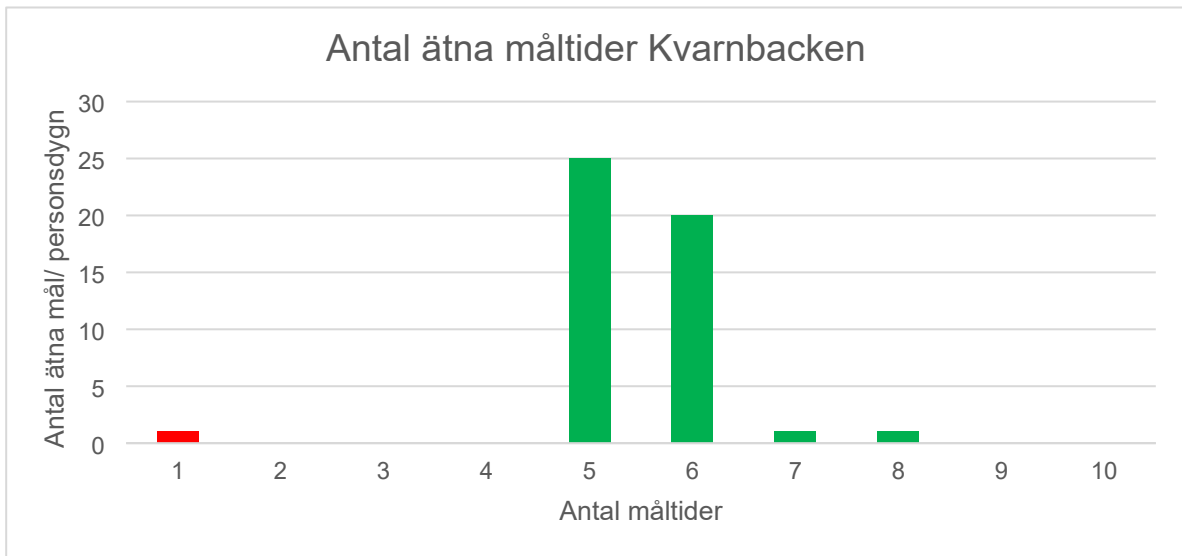
På Kvarnbacken gjordes mätning på avdelning 1 och 3.



Den faktiska nattfastan var hög och låg på 13,1 och 14,2 timmar, vilket var samma som den erbjudna nattfastan.



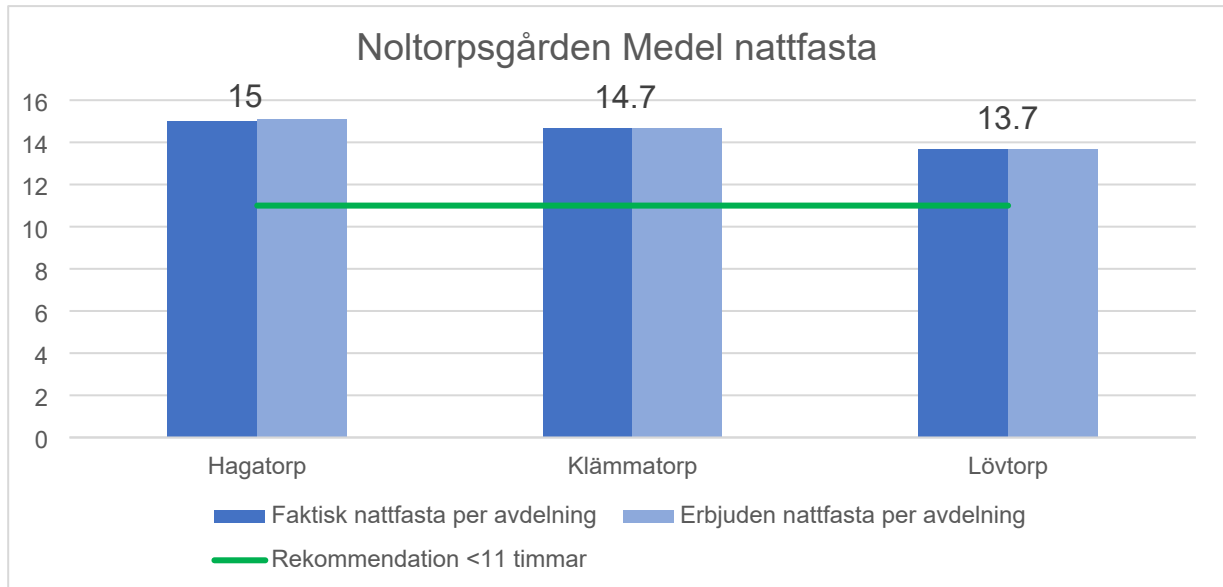
Maten serverades vid flera tillfällen och inte bara vid huvudmålen från klockan 07.00 och fram till klockan 20.00. Ett fåtal mål serverades och erbjöds under natten och tidig morgon.



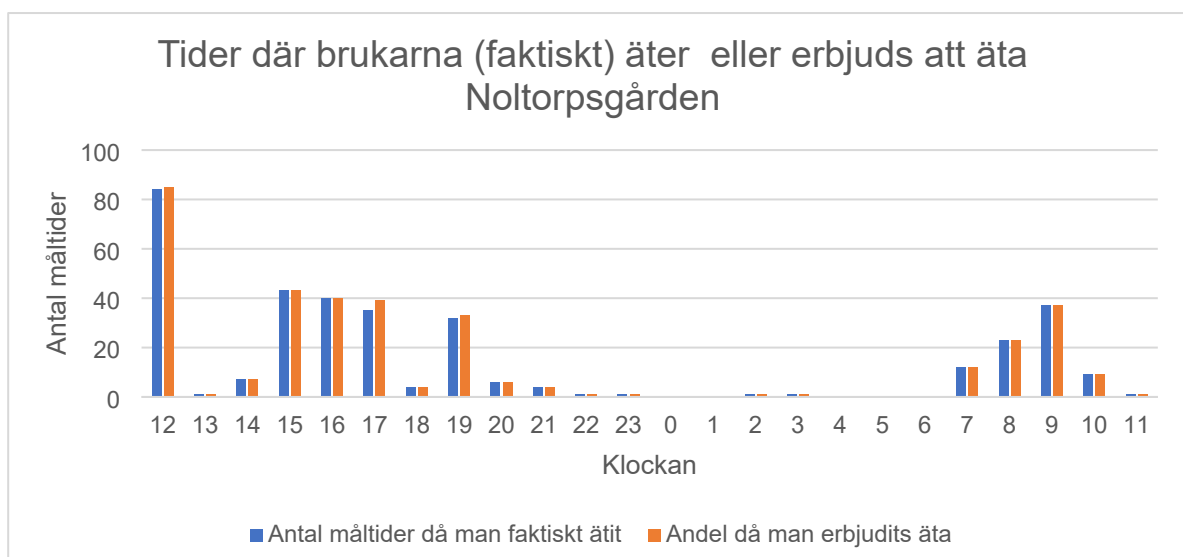
Det vanligast är fem eller sex måltider per dygn.

Noltorpsgården

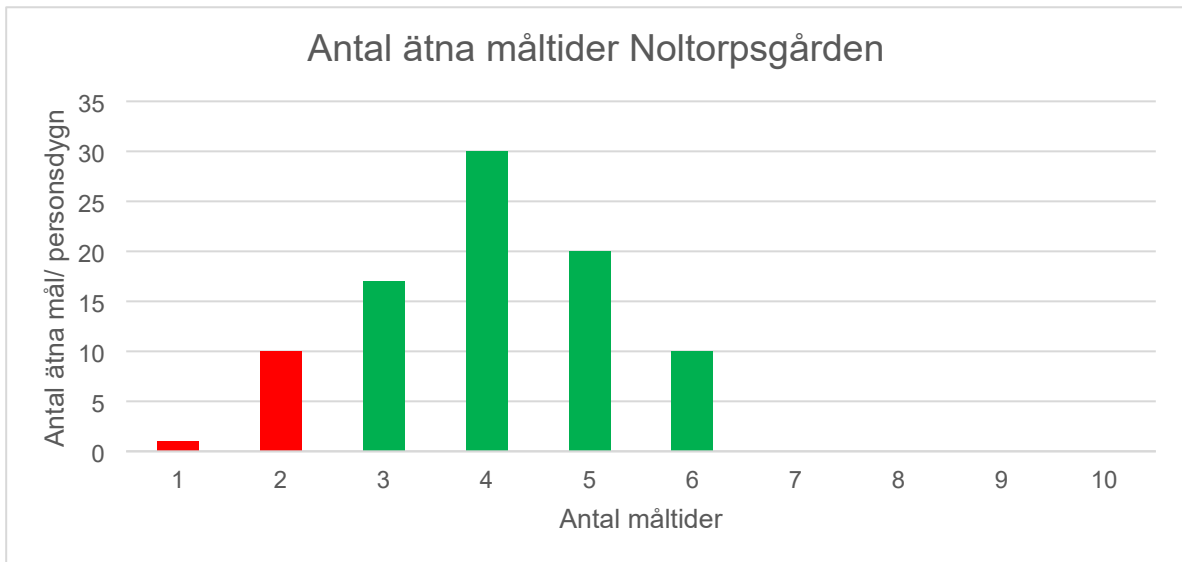
På Noltorpsgården gjordes mätning på alla tre avdelningarna: Hagatorp, Klämmatorp och Lövtorp.



Nattfastan låg mellan 13,7 timmar till 15 timmar vilket är högt. Detta var även samma på den erbjudna nattfastan.



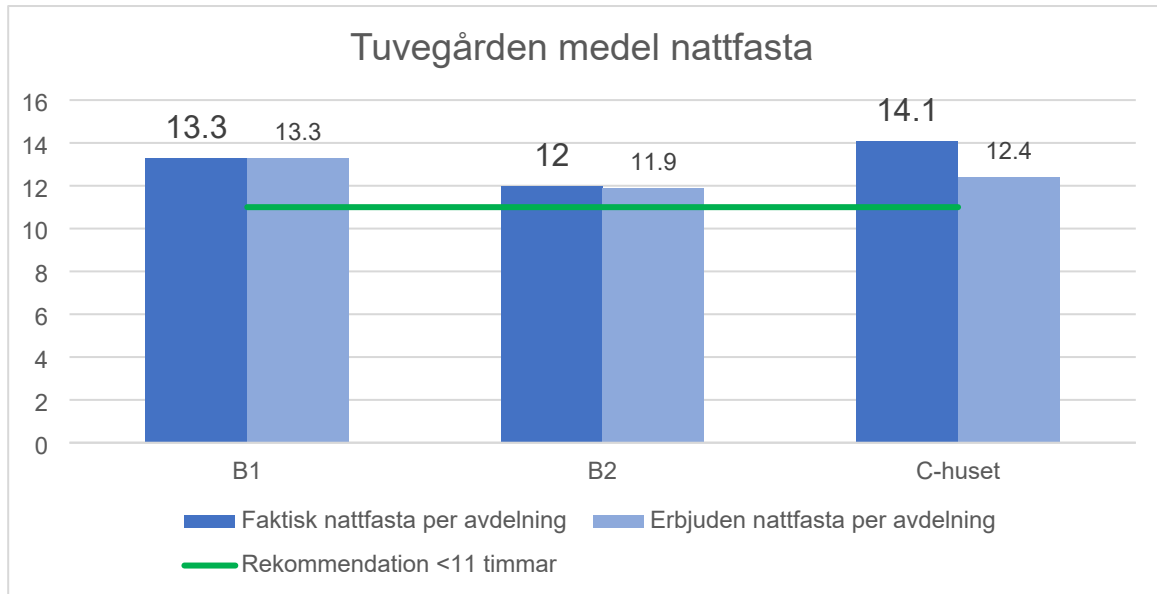
På Noltorpsgården erbjuds de flesta måltiderna från klockan 07.00 till 20.00 på kvällen.



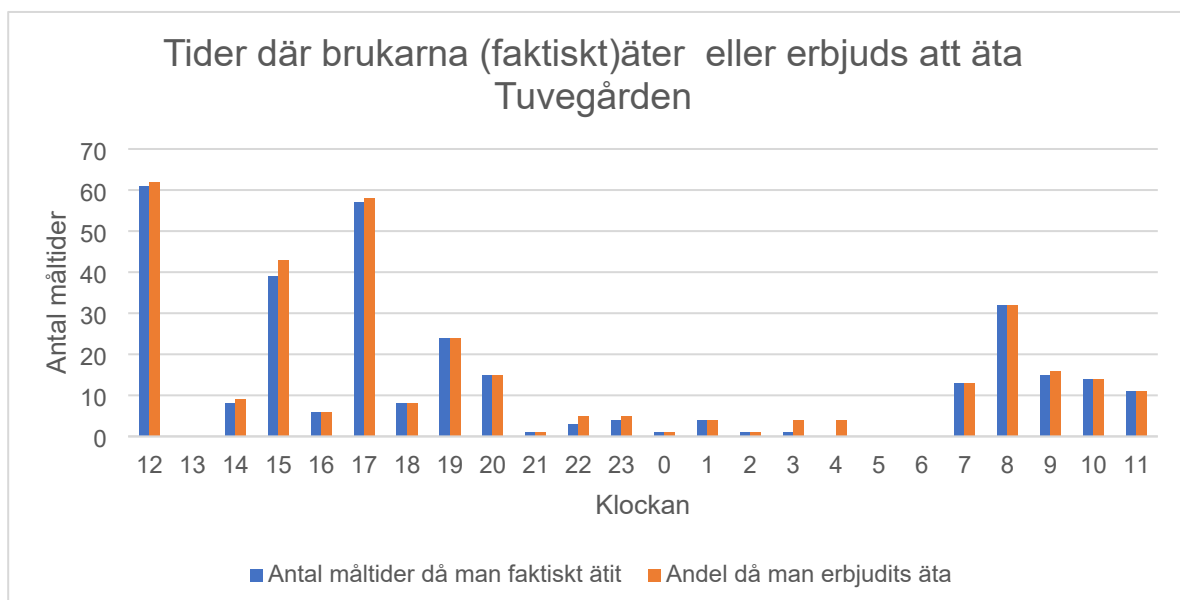
Antalet måltider/ personsdygn är utspridda som en normalfördelningskurva där det vanligaste antalet måltider per dygn är fyra.

Tuvegårdens

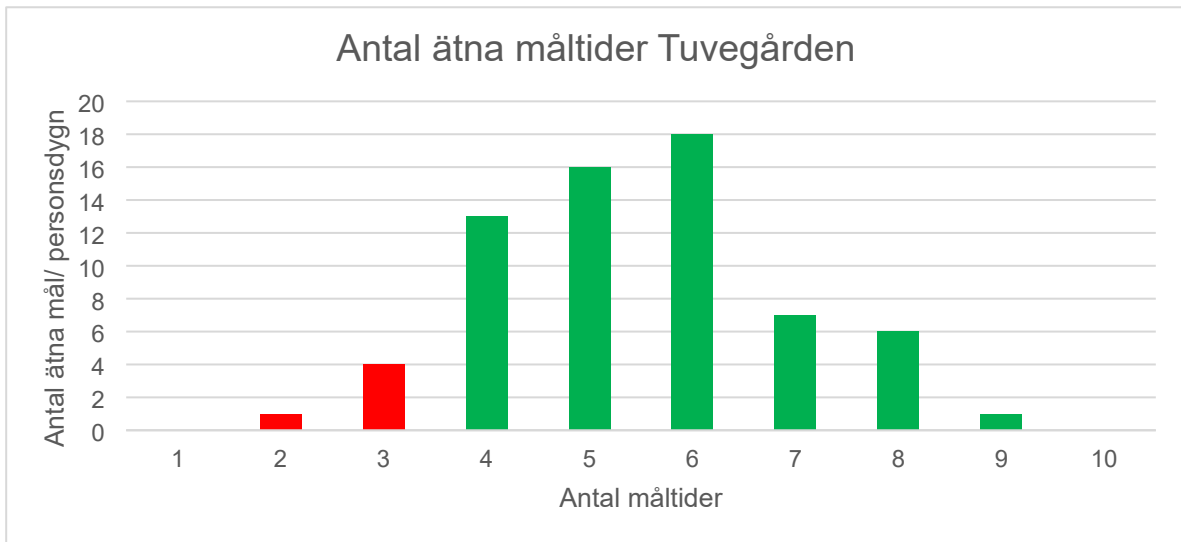
På Tuvegården gjordes registreringar på avdelningarna B1, B2 samt på C-huset.



Den faktiska nattfastan låg mellan 12 till 14,1 timmar. På C-huset låg däremot den erbjudna nattfastan på 12,4 timmar.



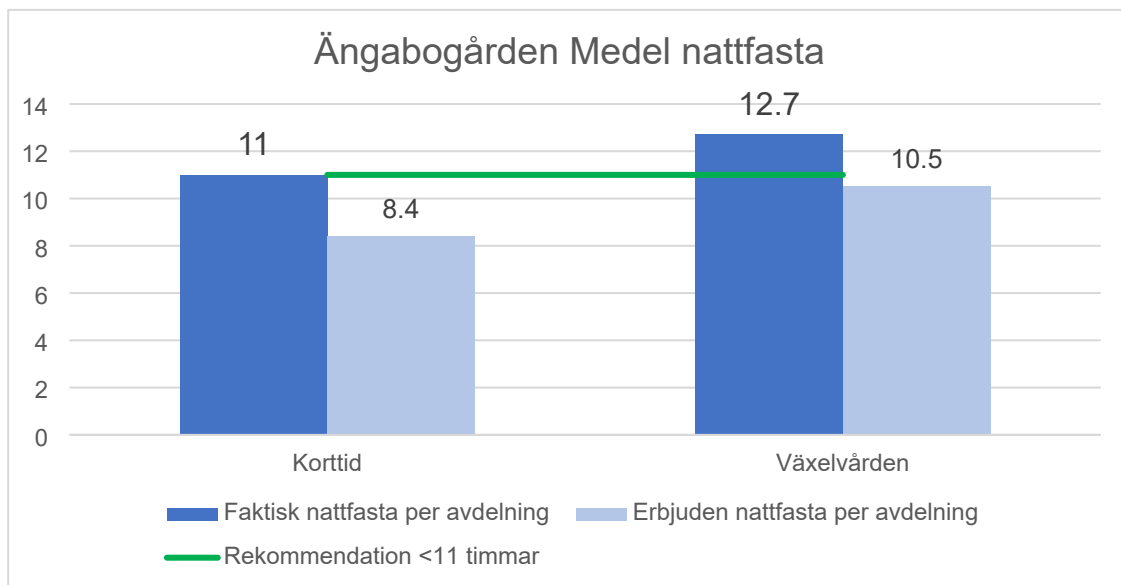
Förutom huvudmåltiderna var mellanmålen spridda över hela dygnet.



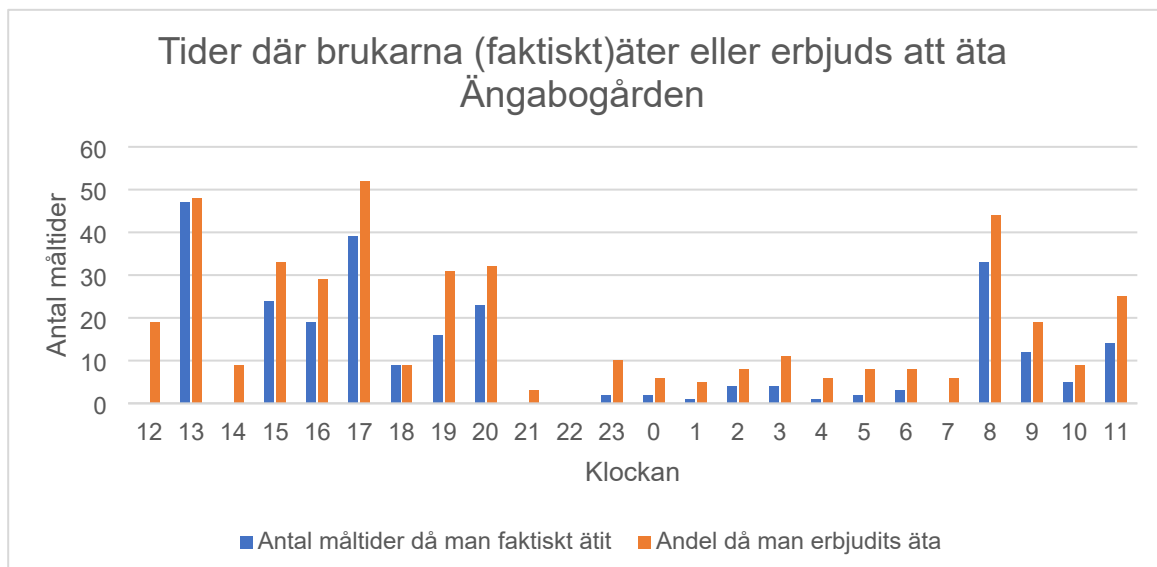
Flertalet serverades mellan fyra till sex per dygn, med en variation på två till nio måltider per dygn.

Ängabogården

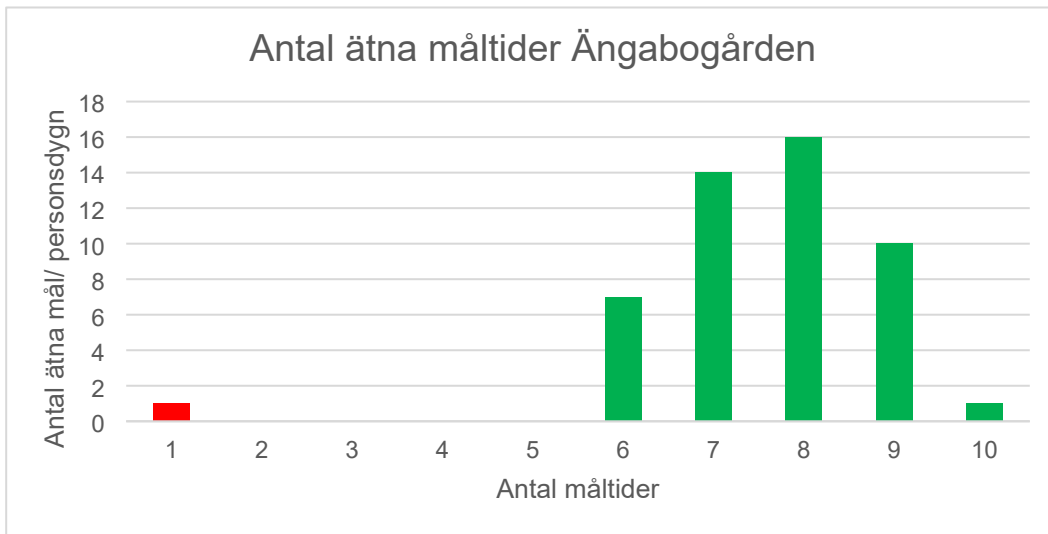
På Ängabogården gjordes mätning på, korttid och växelvård.



Den faktiska nattfastan låg på 11–12,7 timmar. Den erbjudna nattfastan låg mycket lågt på 8,4 och 10,5 timmar.



De flesta måltiderna serveras från klockan 08.00 till 21.00. Det serveras och erbjuds även mat under resten av dygnet och mellan huvudmåltiderna.



Det serverades flera måltider där flertalet av brukarna åt från sex och tio måltider.