



NKS OLAVIKEN
ALDERSPSYKIATRISKE SYKEHUS



Appetittvekkende og næringstett puré kost

For mestring og verdighet

”Nei takk, jeg er kvalm. Jeg orker ikke mer mat”.



For mestring og verdighet

Den sårbare eldre

- Det antas at dysfagi er underdiagnostisert
- Så mange som 13% av normalbefolkningen over 65 år kan ha dysfagi, ofte uten at de er oppmerksom på det selv, og kanskje er halvparten av eldre på institusjon affisert.
(www.tannlegetidene.no, 2021)

Spisesituasjon og matomsorg

- Delikat mat i ett hyggelig måltidsmiljø er grunnleggende faktorer for trivsel og god matlyst.
- Ved å tilrettelegge for bedre miljømessige forhold rundt spisesituasjonen, samt å tilpasse matens konsistens når det gjelder tygge- og svelgevansker, kan beboere på sykehjem spise mer.
- Innføring av naturtro purémat kan gi opptil 50 % økning i matinntaket. (australsk pilotstudie ((Farrer, O., Olsen, C., Mousley, K. & Teo, E. (2015).)

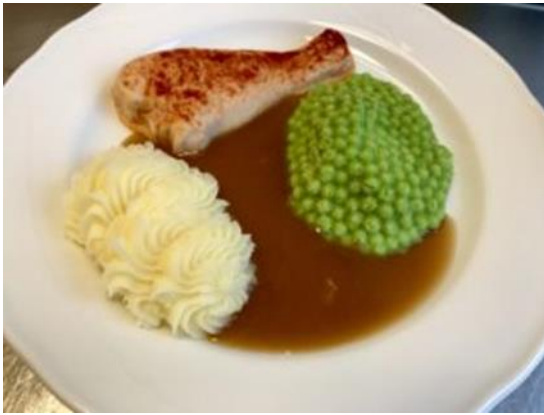
Alle skal kunne spise godt

- Matrettenes utseende er av stor betydning. Vi sier ofte at vi spiser «med øynene». Er maten attraktiv kan det gi økt appetitt, noe som er særlig viktig for de som er underernærte, eller som står i fare for å bli det



For mestring og verdighet

Morgendagens purékost



Moset mat som ser ut som mat krever litt tid, innsats og planlegging.

For mestring og verdighet

Mat som medisin?



For mestring og verdighet

Takk for oppmerksomheten.

For mestring og verdighet