

PORVOO  BORGÅ

# **Ikääntyneiden ravitsemussuosituksien toteuttaminen ruokapalvelun näkökulmasta**

**31.3.2020**

# Yleistä uudesta ravitsemussuosituksesta

- Visuaalisesti raikas ja tutustumaan houkutteleva suositus
- Erittäin selkeä jaottelu aihekokonaisuuksiin
- Havainnolliset kuvat
- Hyviä tiivistyksiä mm. taulukko 2, jossa erilaisten ravitsemustavoitteiden keinovalikoimaa



# 1. Kotihoidon ateriapalvelujen toteuttaminen

- Usean mallin yhdistelmä esille palveluntuottamisessa
- Ruokaseuran järjestäminen vaikka digitaalisesti, jos ei mahdollisuutta muuhun
- Ruokailun yksipuolisuus usein ongelma kotona  
Kotihoidossa tärkeää koko päivän aterioiden turvaaminen  
– perinteinen kotiateria, mikä se on? Lounas? Ei riitä -  
tämän huomioiminen tärkeää

# 1. Kotihoidon ateriapalvelujen toteuttaminen

- Haaste ruokapalvelulla yksilöllisyyden toteuttamisessa
- Standardiannoskoko kotiateriassa
- Yksilölliset toiveet esim. maustamisessa?
- Kauppakassin hyvä suunnittelu mahdollistaa yksilöllisyyden ja ravitsemuslaadun
- Resurssit asiakkaan kotiruokailun yksilölliseen neuvontaan–ravitsemustilan havainnointiin aika, osaaminen, asiakkaan tunteminen? Isot erot paikkakunnittain?

## 2. Ruokailun toteuttaminen ympärivuorokautisessa hoidossa

- Ruokapalvelun osalta helpommin toteutettavissa yksilölliset toiveet verrattuna kotiateriaan
- Rajaavana tekijänä sopimustuotevalikoima ja käytävissä olevat varat
- Erilaiset annoskoot, ok
- Ruokatoiveet pääsääntöisesti ok, toiveruokapäivät, välitystuotevalikoima
- Vaihtelu leipätarjonnassa onnistuu
- Ruokajuomien vaihtelevuus onnistuu, mikäli niitä ryhmissä /osastoilla asiakkaalta kysytään
- Yöpalat käytännössä aika yksinkertaisia, osastojen/ryhmien jääkaapeissa aina jotakin

## 2. Ruokailun toteuttaminen ympärivuorokautisessa hoidossa

- Yksilöllinen ruokailurytmi haaste, ruokavaunujen tulee liikkua aikataulun mukaan, tarjottimet ja astiat voivat toki jäädä ryhmiin / osastoille
- Osastolla ja ryhmissä on myös oma rytminsä
- Saavatko kaikki asiakkaat kaikki ateriahetket?
- Yöpaaston pituus? Yöpala ratkaisee ongelman, jos mahdollista tarjota
- Ruokalistakierron pituus 3 – 5 vk ok, ei turhia ”täyteruokia”

## Lyhyesti Porvoon käytännöistä

- Porvoossa toimii sote-ravitsemustyöryhmä
- Moniammatillinen: ryhmässä mukana geriatria, kotihoito, palveluasuminen, terveyskeskuksen osastot, ravitsemus ja ruokapalvelut
- Ryhmässä tehdään Porvoon kaupungin ruokailun ja ravitsemuksen linjaukset
- Hyvää yhteistyötä

Kiitos kuulijoille!