

# MNA ympärivuorokautisessa hoivassa -tulokset ja toimintaohjeet

Vertaa tulosta edelliseen arviointiin, huomioi mahdolliset muutokset, selvitä syyt ja reagoi niihin.

24-30 pistettä: normaali ravitsemustila	17-23,5 pistettä: riski virheravitsemukselle kasvanut	Alle 17 pistettä: virhe- tai aliravitsemus
<p>Kirjaa paino, pituus ja MNA tulos.</p> <p>Painonseuranta 1 x kk.</p> <p>MNA osana RAI-arviointia tai tarvittaessa tilanteen muuttuessa.</p> <p>Havainnoi asiakkaan ruokailua ja opasta toimintakykyä edistäviin valintoihin.</p> <p>Tue hyvän ravitsemustilan säilyttämistä.</p>	<p>Kirjaa paino, pituus ja MNA tulos.</p> <p>Kartoita vajaaravitsemuksen riskitekijöitä ja keinoja vaikuttaa niihin.</p> <p>Sisällytä hoitosuunnitelmaan keinot, miten vajaaravitsemusta ehkäistään käytännössä.</p> <p><u>Jos paino laskee tahattomasti ja ruokahalu on huono</u>, tilaa tehostettu ruokavalio TEHO. Täydennysravintovalmisteet ovat vaihtoehto, jos käyttö on taloudellisesti mahdollista.</p> <p><u>Jos paino laskee tahattomasti ja ruokahalu on hyvä</u>, tarjoa enemmän perusruokaa, toiveruokia ja rasvalisiä. Ainakin välipaloilla toteuta yksilöllisiä valintoja.</p> <p><u>Jos paino ei laske tahattomasti</u>, varmista ruokailussa monipuolisuus ja riittävä proteiinin saanti. Hyödynnä asukkaalle sopivaa talon ruokavaliomallia. Arvioi myös yksilöllinen proteiinin tarve ja sovi keinot toteuttaa.</p> <p>Seuraa ravitsemustilaa ja sovittujen toimenpiteiden vaikuttavuutta. Tee muutoksia tarvittaessa.</p> <p>Painonseuranta 1 x kk.</p> <p>MNA osana RAI-arviointia tai tilanteen muuttuessa.</p>	<p>Kirjaa paino, pituus ja MNA tulos.</p> <p>Arvioi tilannetta kokonaisvaltaisesti ja selvitä keskeiset ravitsemustilaan vaikuttavat tekijät (esim. sairaudet, ruokavalion sopivuus, lääkitys). Hyödynnä RAI- ja MNA- tietoja.</p> <p>Sisällytä hoitosuunnitelmaan keinot, miten vajaaravitsemusta hoidetaan käytännössä.</p> <p>Ohjaa ja motivoi tiheään syömiseen, runsasenergisiiin ruokiin ja juomiin, rasvalisiin ja täydennysravintovalmisteiden käyttöön. Tarkista myös proteiinin saanti.</p> <p>Seuraa ravitsemustilaa ja sovittujen toimenpiteiden vaikuttavuutta. Tee muutoksia tarvittaessa.</p> <p>Painonseuranta 1 x vko.</p> <p>MNA 3 kk välein tai tilanteen muuttuessa.</p> <p>Konsultoi ravitsemusterapeuttia, lääkäriä ja tarvittaessa muita yhteistyötahoja.</p>

## Kirjaa aina hoitotietoihin ravitsemushoidon

1. Tavoitteet
2. Konkreettiset keinot tavoitteiden saavuttamiseksi
3. Tavoitteiden toteutumisen arviointi ja seuranta

### HUOM!

Tehosta vajaaravitsemusriskissä olevan asiakkaan ravitsemushoitoa *kuukauden ajan*. Jos ravitsemustila ei selkeästi parane tässä ajassa, konsultoi ravitsemusterapeuttia.

Helsinki  
Helsingfors

Helsingin kaupunki. Kotihoito.

Lupa lomakkeen liittämiseen osaksi Ikääntyneiden ruokasuositusta<sup>1</sup> on saatu Helsingin kaupungin sosiaali- ja terveystoimelta.

1 <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-472-1>