

Rapport

## **Uppföljning av ”Kvalitetskrav för kost som serveras till äldre” i Sundbybergs Stad. Redovisning av situationen på Östergården våren 2002.**

Sundbyberg 030128

Eva Lammes  
nutritionist

Gunnar Akner  
överläkare

Äldreforskning NordVäst  
Seniorstaden Hallen  
Lövgatan 43-45  
169 32 Solna

e-post: [eva.lammes@nvso.sll.se](mailto:eva.lammes@nvso.sll.se)

[gunnar.akner@chello.se](mailto:gunnar.akner@chello.se)

## **Bakgrund**

Kvalitetskraven gällande kost som serveras till äldre, ursprungligen antagna i av Äldre- och omsorgsförvaltningen 1997, antogs i reviderad upplaga 2002-05-14 (bilaga 1). I dessa mer detaljerade kvalitetskrav ingår en beskrivning av hur en uppföljning av kvalitetskraven skall ske på de olika äldreboendena i Sundbyberg (bilaga 1, punkt 13 "uppföljning").

I samband med att dessa reviderade kvalitetskrav blev färdiga planerades ett projektarbete på Östergården för att utveckla metoder och dokumentationsmodeller för hur uppföljningen av kvalitetskraven ska kunna ske på ett systematiskt sätt. Tanken var att man i framtiden även skulle kunna överföra detta arbetssätt till övriga äldreboenden inom kommunen (bilaga 2 med förslag till utformning av projektet).

Inför utförandet av detta projekt önskade MAS Solveig Strand att en dokumentation enligt mallen "uppföljning" (punkt 13 i kvalitetskraven) skulle göras på Östergården, för att ha ett utgångsmaterial att jämföra med då uppföljning görs enligt det arbetssätt som projektgruppen arbetar fram. Denna uppföljning utfördes på Östergården under maj 2002 och gav följande resultat.

## **1. Organisation**

**Vid flytt till Östergården** ska kontaktpersonen vid lämpligt tillfälle diskutera med pensionären och anhöriga. Med hjälp av ett formuläret "kostkartotek" (bilaga 3) kartläggs önskemål, vanor och svårigheter kring maten och ätandet. En kopia av formuläret lämnas till köket. Förändringar vad gäller önskemål och funktionstillstånd som kräver kostförändringar rapporteras av kontaktpersonen till sjuksköterskan.

Sjuksköterskan diskuterar den medicinska situationen med den boende och anhöriga. Vid behov upprättas ett nutritionskontrakt (bilaga 4) med delvis samma innehåll som kartläggningen som utförs av kontaktpersonen enligt ovan. Även köksansvarig och kontaktperson får ta del av nutritionskontraktet.

Vid behov av specialkost gör sjuksköterskan en nutritionsbeställning till köket (bilaga 5).

**Uppföljning av ordinationer** görs regelbundet med kostmöten på avdelningarna, då man går igenom alla de boendes situation på respektive avdelning och om det behövs görs förändringar i samråd med sjuksköterskan. Vid akuta förändringar gör sjuksköterskan en ny kostordination till köket.

Vid kostmöten med kostansvariga (en på varje avdelning) tas övriga frågor kring maten upp och praktiska problem diskuteras.

## 2. Egenkontroll

Egenkontroll i Östergårdens kök utförs enligt lagen om egentillsyn beskriven i Statens livsmedelsverks författningssamling, SLV FS 1991:4 (bilaga 6). Följande rutiner tillämpas som ålagts av miljö- och hälsoskyddsförvaltningen (bilaga 7).

Den varma och kalla maten kontrolleras 2 ggr/vecka i båda matsalarna.

Leveranser av färskt kött och frysta varor kontrolleras en gång/vecka, liksom kylar och frysar. Resultat förs in på respektive lista. I tabellen nedan sammanfattas resultaten från egenkontroll gjord under första halvåret 2002 (bilaga 8). Det låga antalet kalla rätter som analyserats beror på att för det mesta serveras varma rätter.

Kontroll-område	Grönsaks kyl	Restkyl	Mjölkkyl	Frys dubbel	Frys enkel	Ankomst-temp. kylvaror	Ankomst-temp. frysvaror	Varma rätter	Kalla rätter
Mätfrekvens	1 gång/v	1 gång/v	1 gång/v	1 gång/v	1 gång/v	1 gång/v	1 gång/v	2 ggr/v	2 ggr/v
Mätperiod	Jan-jun 2002	Jan-jun 2002	Jan-jun 2002	Jan-jun 2002	Jan-jun 2002	Jan-jun 2002	Jan-jun 2002	Jan-maj 2002	Jan-maj 2002
Antal mätvärden	22	22	22	21	21	26	25	29	5
Gränsvärde	+8	+8	+8	-18	-18	+4	-18	+70	+8
Medeltemp. grader C	+8,2	+7,7	+ 7,9	-17,8	-18,1	+5	-13,7	+69,5	+10,6
Andel mätvärden som ej uppfyller gränsvärde	32 %	23%	27 %	33%	19%	58%	100%	34%	100%

Laboratorieanalys görs 2 ggr/år. Hygienprover tas då på valfria ställen i köket. En varm- och en kallrätt lämnas också till analys. Svaren skickas till Östergården. Av fyra inskickade prover på varm- och kallrätter (november 2001 samt maj 2002) var tre tjänliga och ett tjänligt med anmärkning. Av nio inskickade hygienprover vid samma tidpunkter var ett klassat som bra, tre som bristfälliga och fem dåliga (bilaga 9).

Miljö- och hälsoförvaltningen skall ta vattenprover regelbundet, samt oanmälda provtagningar på maten för analys. Detta har dock inte skett under senare tid.

Rengöring: Daglig rengöring utförs i köket. Veckostädningar görs enligt schema i matsalarna och köket. Storstädning av lokalerna utförs en gång per år. För rengöring finns detaljerad beskrivning av hur renöring av storhushåll skall ske, utgivet av Svenska Kommunförbundet (bilaga 10).

**Näringsvärdesberäknade måltider:** De huvudmåltider (lunch och middag) som serveras skall enligt kvalitetskraven ge ca 60% av dagens energi- och näringsintag. Följande värden är en sammanställning av luncher och middagar (sammanslagna), för 3 olika veckor under första kvartalet 2002 (bilaga 11).

Näringsämne	Vecka 3 2002	Vecka 7 2002	Vecka 11 2002	60% av SNR för män>75	60% av SNR kvinnor>75
<b>Energi kJ</b>	4252	4013	3525	5640	4920
<b>Energi kcal</b>	966	921	843	1350	1170
<b>Protein g</b>	51,5	46,7	35,8	45	39
<b>Kolhydrat g</b>	110	109	106	165	143
<b>Fett g</b>	40,8	37,1	31,1	45	39
<b>Kostfiber g</b>	10	8,52	8,81	13,5*	11,7*
<b>Vitamin A µg</b>	546	493	411	540	480
<b>Vitamin D µg</b>	4,06	1,75	3,54	6	6
<b>Vitamin E µg</b>	3,15	2,48	2,81	6	4,8
<b>Tiamin mg</b>	0,71	0,64	0,59	0,66	0,60
<b>Riboflavin mg</b>	0,94	0,76	0,81	0,78	0,72
<b>Niacin mg</b>	10,9	9,25	8,94	9	7,8
<b>Vitamin B6 mg</b>	1,27	1,11	1,18	0,72	0,66
<b>Vit. B12 µg</b>	3,48	1,62	4,27	1,2	1,2
<b>Vitamin C mg</b>	70,3	73,5	72,1	36	36
<b>Natrium mg</b>	2356	2173	2256	1800**	1800**
<b>Kalium mg</b>	2324	2149	2215	2100	1860
<b>Kalcium mg</b>	516	390	290	480	480
<b>Magnesium mg</b>	166	138	142	210	168
<b>Järn mg</b>	5,93	5,44	4,43	6	6
<b>Selen µg</b>	28,6	19,6	20	30	24

\*Enligt SNR skall kosten innehålla 25-35 g kostfiber per dag. I kvalitetskraven rekommenderas 10 g kostfiber per 1000 kcal, för att kosten inte skall få för stor volym. Detta innebär en rekommendation på 22,5 g per dygn för män och 19,5 g per dygn för kvinnor.

\*\*Det finns ej något rekommenderat intag för natrium i SNR, det anges bara att det är önskvärt att intaget av koksalt (natriumklorid) successivt minskar till max 5000 mg per dygn. Detta motsvarar ca 3000 mg natrium per dygn.

I ovanstående tabell beräknas rekommendationen på 30 % energi från fett, 15 % från protein och 55% från kolhydrater. För de tre veckorna som analyserats fördelar sig energiinnehållet enligt följande:

Näringsämne	Vecka 3 2002	Vecka 7 2002	Vecka 11 2002	Kvalitetskrav
<b>Protein Energi %</b>	20,5	19,7	17,1	15
<b>Fett Energi %</b>	35,4	34,2	32,3	30-35
<b>Kolhydrater Energi %</b>	44	46,1	50,5	50-55

### 3. Enkäter

Två identiska enkäter utformades, en till de boende och den andra till personalen (bilaga 12). Eftersom många boende har svårt att själva fylla i enkäterna, gick nutritionist Eva Lammes runt och intervjuade alla boende och fyllde på detta sätt i enkäterna. Personer som ej kunde uppfatta frågorna eller svara adekvat uteslöts. Totalt ingår 56 boende i enkätundersökningen. Personalen fick därefter enkäterna utdelade på avdelningarna och fick fylla i dem under två veckor. Drygt 50 enkäter delades ut till personalen, men endast 25 personer svarade på enkäten. Resultaten redovisas nedan.

### Resultat från enkät till boende angående maten på Östergården

Fråga: Vad tycker du om...	Mycket dåligt	Ganska dåligt	Ganska bra	Mycket bra	Ej svarat
Variationen på matsedeln?	4 7,1%	10 22%	24 43%	18 32%	0
Måltidernas tidpunkter?	0	2 3,6%	20 36%	33 59%	1 1,8%
Smaken på maten?	2 3,6%	7 13%	25 45%	22 39%	0
Konsistensen på maten?	1 1,8%	5 8,9%	28 50%	18 32%	4 7,1%
Temperaturen på maten?	1 1,8%	5 8,9%	14 25%	36 64%	0
Utseendet på maten?	2 3,6%	4 7,1%	24 43%	21 38%	5 8,9%
Hur maten är upplagd?	0	5 8,9%	27 48%	21 38%	3 5,4%
Portionsstorleken?	1 1,8%	6 11%	30 54%	19 34%	0
Servicen kring måltiden?	0	4 7,1%	13 23%	39 70%	0

### Boendes övriga synpunkter på maten på Östergården

#### Allmänt

Allt är bra  
Får ofta något annat än förväntat enligt matsedeln  
Får olämplig mat för magen ibland  
Lite ensidigt  
Vanlig husmanskost är bra  
Vill ha mer variation på kvällen och lättare mat

#### Måltidernas tidpunkter

Önskar tidigare frukost  
Lite långt mellan frukost och lunch  
För kort tid mellan måltiderna på eftermiddagen  
Middagen serveras för tidigt  
Bättre med middagen 16.30  
Kvällskaffet kunde serveras 19.00 x2  
Måltidernas tidpunkter på söndagar krockar med kyrkobesök

#### Smak och kvalitet på maten

Högtid om maten smakar gott (mycket besviken på Östergården)  
Smaken har blivit bättre  
Det är ingen hälsokost som serveras  
Ibland är maten bra, ibland dålig – ojämn kvalitet  
Inget att klaga på, ibland är det bättre, ibland sämre  
Kvällsmaten mindre bra, mycket hopjoxat  
Saknar finess när det gäller maten, det serveras ”fabriksmat”  
Middagsmaten mindre bra

#### Kryddning

Behöver krydda lite själv  
Gärna lite mer salt  
För mycket salt x2  
För mycket peppar  
Maten kunde gärna kryddas mer, smakar ej så mycket  
Maten är dålig (urusel), ej kryddad, smakar ingenting  
Välkryddad och god mat

## **Temperatur**

Ibland är maten ej varm x3  
Maten är för kall ibland i matsalen  
Maten är lite för varm ibland

## **Portionsstorlek**

Ibland för lite mat  
Portionerna är ganska små – men vill ej bli tjock  
För mycket mat till lunchen ibland  
För stora portioner x 11  
För stora portioner, vill ej lämna, andra äter så snabbt  
Ibland serveras för mycket, ibland före lite  
Får säga till om portionsstorleken x3  
Vill ha mer ibland – får säga till, säger ifrån ibland

## **Service**

Bra mat och service – ändra inget!  
Får ofta maten sist  
Jobbigt att vänta på maten x2  
Ingen skillnad skall göras på person vid servering av mat  
Servicen är bättre i matsalen än på avdelningen  
Vill lägga upp själv x2

## **Kommentarer om enskilda rätter**

För lite kött  
Vill gärna ha mer helt kött  
För lite potatis serveras på tallriken  
För mycket mjölmät/stuvningar  
För mycket soppa och pannkaka  
För mycket sås  
Gärna lite lättare mat, med lite mer grönsaker  
Vill ha mer ris  
Önskar mer ris och grönsaker, mindre potatis

Kåldolmar, kroppkakor och isterband smakar inget  
Köttbullar och liknande ibland för hårda att tugga  
Det serveras ej riktigt fläsklägg  
Dåligt dillkött

Bra med tomat och saltgurka på smörgåsar på morgonen  
Potatis med spenat och ägg är ej en måltid  
Tycker ej om crepes med tonfisk  
Tycker inte om fisk  
Soppa nästan bara vatten  
Vill slippa tjocka feta soppor och såser,  
buljongsoppor är bättre  
Äter ej grönsaker

## Resultat från enkät till personal angående maten på Östergården

Fråga: Vad tycker du om...	Mycket dåligt	Ganska dåligt	Ganska bra	Mycket bra	Ej svarat
Variationen på matsedeln?	0	5 20%	18 72%	1 4%	1 4%
Måltidernas tidpunkter?	0	4 16%	18 72%	1 4%	2 8%
Smaken på maten?	0	1 4%	12 48%	3 12%	9 36%
Konsistensen på maten?	0	2 8%	15 60%	6 24%	2 8%
Temperaturen på maten?	0	0	10 40%	13 52%	2 8%
Utseendet på maten?	0	3 12%	17 68%	3 12%	2 8%
Hur maten är upplagd?	0	0	19 76%	5 20%	1 4%
Portionsstorleken?	0	4 16%	18 72%	2 8%	1 4%
Servicen kring måltiden?	0	0	21 84%	3 12%	1 4%

### Personalens övriga synpunkter på maten på Östergården

Det borde serveras mer husmanskost, de äldre är ej så förtjusta i moderna rätter som t ex piroger, pizza eller fyllda pannkakor x2

Det är inte alltid så bra mat

Fettreducerad kost inte så aptitlig som nyttig – mera fantasi?

För kort tid mellan lunch och middag

Mer frukt

Mer paltbröd med fläsk och vitsås

Middagsmaten är inte så lyckad varje gång

Mycket bra mat

Oftast kommer samma sorts mat i samma vecka

Vegetariskt alternativ saknas ibland

### 4. Stickprov

Inga stickprov har utförts som beskrivs i kvalitetskravens ”Uppföljning”, punkt 4.

### 5. Statistik

Inköpta livsmedel: Har ej fått dessa statistikuppgifter från kommunens måltidsservice.

Levererade måltider: Våren 2002 levererade Östergårdens kök följande antal måltider på en månad (inkluderar både lunch och middag).

Normalkost	2728	Purékost	31
Passerad normalkost	558	Fettreducerad kost	434
Berikad normalkost	469	Flytande kosttillägg, olika sorter och smaker	355
Berikad passerad kost	310		

## 6. Utbildning

Ingen strukturerad utbildning i kostfrågor för personalen på Östergården har förekommit den senaste tiden.

## 7. Inflytande

Matråd för de boende på Östergården har hållits tre gånger under våren 2002, där pensionärerna är välkomna att närvara och uttrycka sina åsikter vad gäller maten som serveras på Östergården. Pensionärerna ges också möjlighet att skriftligen framföra sina åsikter (bilaga 13). Antalet pensionärer som utnyttjar denna möjlighet är dock litet.

## Kommentarer

Ovan sammanfattas resultatet av en snabb och för Östergården i princip oförberedd uppföljning av kvalitetskraven gällande ”Kost som serveras till äldre” i Sundbyberg. Kommentarer kring de olika punkterna som ingår i uppföljningen av kvalitetskraven följer nedan, med en tonvikt på vad som ytterligare skulle kunna beskrivas vid en uppföljning av detta slag.

### 1. Organisation

Uppgifterna borde kompletteras med en beskrivning av hur kostförsörjningen är organiserad på Östergården, samt en sammanfattning av de dagliga rutinerna kring kosthållning, servering och måltidsmiljö.

### 2. Egenkontroll

Egenkontrollen utförs för att främja kvalitet och framför allt säkerheten kring livsmedelshanteringen i ett storkök. Frågan är dock hur egenkontrollen följs upp och vilka åtgärder som vidtas när man upptäcker brister. Enligt kökschefen på Östergården är det ingen som efterfrågar resultaten av egenkontrollen som utförs och följaktligen är det inte heller någon som kontrollerar om brister åtgärdas. Å andra sidan ligger det i kökschefens och personalens eget intresse att ha en kontroll för att undvika risk för sjukdomsutbrott och liknande.

### Näringsvärdesberäknade måltider

Uppgifterna har lämnats på ett sätt som ger en bra överblick. Man kan diskutera hur många och vilka näringsämnen som skall redovisas. Nedan följer kommentarer ur näringsmässig synvinkel på det redovisade resultatet av näringsberäkningen.

**Energi-intaget** är lågt jämfört med 60% av svenska näringsrekommendationer (SNR), men om man utgår från nivån 1600 kcal/dygn som angetts i kvalitetskraven som lägsta dygnsportion som får serveras utan individuell medicinsk/omvårdnadsbedömning, så motsvarar 60 % 960 kcal. Andelen energi från kolhydrater är genomgående låg. I vecka 11 var den procentuella fördelningen mellan protein, fett och kolhydrater bättre, men då var den totala energinivån lägre. Det är uppenbarligen ett problem att få äldre att äta tillräckligt med kolhydratrik föda. Mellanmålen har inte räknats med i ovanstående data, men även om dessa ofta består av bröd som borde ge kolhydrater, så bidrar de med mycket fett och protein i form av pålägg, varför andelen energi från kolhydrater räknat på hela dygnsintaget inte blir procentuellt högre (detta är en erfarenhet från de vägda kostregistreringar som gjorts under det tidigare nutritionsprojektet på Östergården).



**Fettlösliga vitaminer** – Innehållet av vitamin A är högt, men däremot är innehållet av vitamin D och E lågt. För vitamin D är rekommendationen för äldre satt dubbelt så högt som för yngre för att motverka benskörhet, och det är mycket svårt att komma upp i den rekommenderade nivån genom normal kost. Individuell bedömning bör göras och tillskott av vitamin D ges vid behov. Den största källan till vitamin E är nötter, frön och vegetabiliska oljor. Dessa livsmedel ingår ej i någon större utsträckning i kosten som serveras på Östergården, varför intaget av vitamin E också blir lågt. Brist på vitamin E är svår att konstatera och inga akuta risker är kända vid ett lågt intag av vitamin E.

**Vattenlösliga vitaminer** – Innehållet av dessa vitaminer i kosten är gott. Dock kan antagas att en stor andel av vitamin C kommer från berikade efterrätter (krämer och soppor gjorda på pulver) och att de individer som ej uppskattar dessa efterrätter kan ha ett lågt intag av vitamin C. Folsyra finns ej med i tabellen ovan, men då största innehållet av folsyra finns i grönsaker och andra vegetabilier, finns det risk för att äldre som ej äter så mycket grönsaker har ett lågt intag av folsyra. Av detta skäl borde folsyra redovisas vid näringsberäkning av kosten.

**Mineralämnen** – Innehållet av kalcium är gott, och många får dessutom i sig betydande mängder från ost och mjölk. Innehållet av järn och magnesium i huvudmåltiderna är bra, men beroende på typen av frukost och mellanmål kan det totala dygnsinnehållet bli lågt. Samma förhållande gäller i ännu högre grad för selen. Innehållet av natrium och kalium ligger på en bra nivå, natriuminnehållet bör dock inte bli högre.

### 3. Enkäter

Det var svårt att i intervjuform få pensionärerna att svara enligt de fyra möjliga svarsalternativen. Man var istället tvungen att utifrån ordval och tonfall försöka avgöra vilket svarsalternativ som bäst motsvarade den boendes åsikter. Ett annat dilemma var att bedöma svaren när en person svarade ”det är bra” på alla frågor och en annan svarade ”det är väl ganska bra” på alla frågor. Det lämpligaste sättet att få veta pensionärernas åsikter kanske vore att de boende besvarade en enkät med hjälp av närstående. Då ställs man å andra sidan inför frågan hur man skall få alla närstående att ta tid för detta och få enkäterna ifyllda och inlämnade. Det var dock positivt att så många hade övriga synpunkter på maten, då en tidigare enkät gav få svar av detta slag. Många av pensionärernas åsikter kom dock fram under samtalet kring de övriga frågorna i enkäten. Vid den direkta frågan ”Har du några övriga synpunkter på maten som serveras på Östergården?” var det inte så många som hade något att säga.

När det gäller personalen är det svårt att få all personal att svara på enkäter som delas ut. Trots påminnelser fick vi bara in svar från ungefär hälften av de anställda. Liksom bland de boende var det flera bland personalen som kryssade i ”ganska bra” på alla frågor, och det var få som gav några kommentarer. Det stora antalet som ej svarat på vad de tycker om smaken beror på att de ej äter maten som serveras på Östergården och därför ej har någon åsikt. Detta är något som flera i personalen uttryckte; ”Varför ska vi ha åsikter om maten när vi inte äter den själva?”

### 4. Stickprov

Stickprov som det beskrivs i kvalitetskraven har tidigare ej gjorts på Östergården, och frågan är vem som skall utföra detta. Det bör vara en utomstående person, helst med kännedom om kostfrågor/matlagning. Denna fråga får tas upp med kommunens måltidschef och andra ansvariga personer.

## **5. Statistik**

Uppgifter på vilka individer som fått de olika kosttyperna, och hur kontroll av leverans till individen skett saknas. Uppgifterna på hur de olika kosttyperna fördelar sig för de olika avdelningarna överensstämde ej med de kosttyper som serverats totalt, antagligen beroende på att de ej var från samma tidpunkt, varför dess uppgifter ej redovisats.

## **6. Utbildning**

Ansvar för personalutbildning ligger hos enhetschefen, som bör planera hur detta skall utföras.

## **7. Inflytande**

En sammanfattning av pensionärernas åsikter som framkommer under dessa möten borde finnas med. Med tanke på det låga deltagandet vid dessa matråd, kanske man borde diskutera vilka andra former för inflytande som skulle kunna komma i fråga. Utomstående pensionärsorganisationer nämns också i kvalitetskraven, men de har hittills ej engagerats i detta arbete

### **Sammanfattning / slutkommentar**

Det är inte helt lätt att avgöra vilka uppgifter som skall redovisas i en uppföljning av kvalitetskraven, trots en till synes detaljerad lista på vad som skall ingå. Detta visar behovet av att arbeta fram ett material som mer detaljerat beskriver vad som skall ingå i den årliga redovisningen av uppföljningen av kvalitetskraven. Där bör också mallar ingå för hur resultaten av olika tester och kontroller har utfallit.

Vi rekommenderar att det planerade projektet kring uppföljning av kvalitetskraven genomförs som planerat på Östergården.

## **Bilagor**

- Bilaga 1 Kvalitetskrav, reviderad version 020514 (15 sidor)
- Bilaga 2 Förslag: ”Projekt uppföljning av kvalitetskrav” (3 sidor)
- Bilaga 3 ”Kostkartotek” (1 sida)
- Bilaga 4 ”Nutritionskontrakt” (1 sida)
- Bilaga 5 ”Nutritionsbeställning” (1 sida)
- Bilaga 6 SLV FS 1991:4 (4 sidor)
- Bilaga 7 Delegationsbeslut från miljö- och hälsoskyddsförvaltningen (3 sidor)
- Bilaga 8 Resultat av temperaturkontroller första halvåret 2002 (8 sidor)
- Bilaga 9 Analysrapport – resultat av mikrobiell analys 2001/2002 (8 sidor)
- Bilaga 10 Svenska Kommunförbundet: ”Rengöring av lokaler” (8 sidor)
- Bilaga 11 Sammanställning av näringsinnehåll i 3 veckomenyer 2002 (7 sidor)
- Bilaga 12 Enkäter till boende och personal på Östergården (2 sidor)
- Bilaga 13 ”Matråd för pensionärer våren –02” (4 sidor)