

Matleverans, underlag för debitering

Namn Personnr.....

Hemvårdsgrupp

A-kost SNR-kost E-kost

Konsistens Hackat o lättuggat Sufflé o timbal
 Gelékost Flytande Tjockflytande

Räkning Annat betalningssätt

År..... Månad.....

	Sign	Sign		Sign	Sign		Sign	Sign
Dat	Middag	Kväll	Dat	Middag	Kväll	Dat	Middag	Kväll
1			11			21		
2			12			22		
3			13			23		
4			14			24		
5			15			25		
6			16			26		
7			17			27		
8			18			28		
9			19			29		
10			20			30		
						31		
						Summa		

Näringsdryck antal.....

Grundkost

Svenska näringsrekommendationer (SNR-kost)

SNR-kost är kost för friska och för människor vars sjukdom inte medför någon påtaglig funktionsinskränkning eller näringsproblematik. Även för sjuka med lindriga neurologiska, psykiska eller andra kroniska sjukdomar bör matens sammansättning motsvara den som rekommenderas för befolkningen i övrigt. Kost utformad enligt dessa riktlinjer lämpar sig också i de flesta fall för människor med diabetes, blodfetterubbnings och andra varianter av det metabola syndromet [1].

A-kost- Allmän kost för sjuka

När sjukdom medför funktionsinskränkningar är i allmänhet den fysiska aktiviteten nedsatt. Detta medför att det behövs mindre mängd energi för att bibehålla vikten, men behovet av andra näringsämnen är oförändrat eller ibland ökat, beroende på sjukdom. Aptiten är då vanligen sänkt, ofta anpassad till det lägre energibehovet, och ibland ytterligare sänkt. Maten måste därför utformas så att de näringsämnen som behövs ryms i en mindre mängd mat.

För många sjuka, speciellt äldre människor med kroniska sjukdomar medför sjukdomen stark påverkan på aptit och näringstillstånd. På längre sikt uppträder undernäring om åtgärder för att motverka eller behandla detta förhållande inte vidtas. Det innebär att åtgärder för att behandla sjukdomen eller lindra dess symtom måste ses tillsammans med åtgärder för att förbättra näringstillståndet [1].

E-kost energi och proteinrik kost

Den energi- och proteinrika kosten ska tillgodose behovet av energi, protein och andra näringsämnen vid nedsatt aptit. För att detta ska vara möjligt behöver matens volym minskas med bibehållet näringsinnehåll. Målsättningen är att kunna utforma maten så att en portion med halva volymen ska ge tillräckligt med näring.

Hos många människor med kronisk sjukdom och som utvecklar undernäring räcker inte dessa åtgärder till för att kunna motverka försämring. Ett viktigt

komplement till maten blir då kosttillägg, som i många sådana situationer kan underlätta nutritionsbehandlingen [1].

Specialkost

Vid en del sjukdomar behöver brukaren specialkost. Denna form av behandling är i de flesta fall livslång. Kostomläggningen innebär ofta en stor förändring i brukarens dagliga liv. För att ändringen ska bli praktiskt genomförbar, långsiktig och kunna accepteras av brukaren, måste man i praktiken ha hjälp och vägledning av en dietist, såväl vid insättande av specialkost som under uppföljning. Exempel på specialkost är dialyskost, fettreducerad kost, glutenfri kost, laktosreducerad kost, proteinreducerad kost samt mat vid andra sjukdomstillstånd t ex benskörhet, cancer, mag- tarmsjukdomar, lungsjukdom, hjärtsjukdom mm [1].

Anpassad konsistens vid tugg eller sväljsvårigheter

Många brukare kan inte äta mat med normal konsistens. Detta gäller till exempel brukare som har tuggproblem, bristande funktion, smärta eller förflamningar i munhåla och svalg, förträngningar i matstrupen eller käkfixering. Maten bör vara sådan att den kan bearbetas i munhålan med så liten risk för att svälja fel som möjligt [1].

Att hjälpa någon att äta kräver en stark känsla för brukarens integritet. Att ta emot mat från någon kräver tillit och förtroende för den som matar. När man behöver äthjälptar måltiden längre tid, vilket man måste ta hänsyn till.

En bra sittställning under måltiden kan underlätta både tuggandet och sväljandet. Äthjälpmiddel som antiglidmatta eller tallrik med "petimotkant" kan behövas [1].

Hackad och lättuggad

I många fall av lindriga tugg- och sväljsvårigheter kan det räcka att välja lättuggade och lättsvalda alternativ från menyn, till exempel färs- och fiskrätter, kokt potatis, kokta grönsaker och rotfrukter och tillagade frukt- och bärefrätter [1].

Sufflé och timbal

Rätter med naturligt slät konsistens kan serveras. Det gäller t ex rätter som sufflé, mousse, slät paté, ungsomelett, grönsakstimbal och grönsakspure. Det bör också serveras rikligt med sås till potatismos eller pressad potatis.

Maten energiberikas med t ex flytande margarin, grädde eller berikningspulver. Drycker kan också förtjockas vb.

Frukostmat kan vara välling, filmjök, fruktsoppa och bröd utan kanter och med bredbara pålägg [1].

Gelé kost

Varje ingrediens i maträtten förbereds för sig till finfördelad helt slät konsistens eller konsistensliknande kräm, fromage eller mousse. Rätterna serveras kalla tillsammans med varmt potatismos och rikligt med tjock sås.

Förutom för- och efterrätter bereds även olika slag av drycker. Som bindemedel i gelékosten används vanligen förtjockningsmedel av majsstärkelse, potatismjöl, fruktkärnmjök eller gelatin. Vissa av dessa rätter är svåra att få tillräckligt näringstäta och måste därför berikas [1].

Flytande kost

Flytande koster kan inte göras genom konsistensanpassning av grundkosterna. Det är svårt att få dem tillräckligt energi- och näringstäta. Därför ska flytande kost endast användas på strikta indikationer. Flytande kost är helt slät och består av varm eller kall soppa [1].

Tjockflytande

Red flytande soppor till tjock konsistens. Konsistensanpassa även drycken [1].