



---

# **Riktlinje för patientmåltider**

---

---

## Riktlinje för patientmåltider

### INNEHÅLL

---

|   |                                                                |    |
|---|----------------------------------------------------------------|----|
| 1 | INLEDNING.....                                                 | 3  |
| 2 | SYFTE .....                                                    | 3  |
| 3 | MÅLTIDENS BETYDELSE FÖR EN GOD HÄLSA OCH SÄKER VÅRD.....       | 3  |
| 4 | FLEXIBLA MÅLTIDER FÖR PATIENTENS BÄSTA .....                   | 6  |
| 5 | SAMVERKANSGRUPPER, ANSVAR OCH ROLLER FÖR PATIENTMÅLTIDEN ..... | 9  |
| 6 | REFERENS.....                                                  | 12 |

---

## Riktlinje för patientmåltider

### 1 INLEDNING

---

Region Västmanland vill ge alla människor förutsättningar för en god livskvalitet genom att arbeta för en god och jämlik hälsa.

Mat och måltider har stor betydelse för hälsan och vårt välbefinnande, inte minst för återhämtning och tillfrisknande. För de flesta är mat en källa till glädje, gemenskap och välbefinnande.

Att vara sjuk innebär ofta att lusten att äta minskar av olika anledningar och glädjen kring måltiden likaså. Undernäring är ett vanligt problem i Sverige, framför allt bland äldre.<sup>1</sup> Undernäring ökar risken för följsjukdomar och förlängd vårdtid. Följder av detta räknas som en vårdskada om adekvata åtgärder hade kunnat vidtas.<sup>2</sup> Det är därför av största vikt att Region Västmanland skapar förutsättningar för att ge patienten bästa möjliga måltidsupplevelse.

### 2 SYFTE

---

Riktlinjen visar viljeinriktning för Regionens arbete med patientmåltider på sjukhus i syfte att skapa ökad kunskap, samsyn och insikt om måltidens betydelse i vården. Vidare syftar riktlinjen till att synliggöra ansvarsfördelning för måltiden inom olika verksamheter och säkerställa god kvalitet.

Riktlinjen vänder sig till alla som i något led arbetar med patientmåltider och bygger på Livsmedelsverkets nationella riktlinjer för sjukhusmåltider samt Socialstyrelsens föreskrifter och kunskapsråd.

Riktlinjen stödjer målområdet ett välmående Västmanland med målet att invånarnas hälsoläge ska vara gott och jämlikt. Måltiden är en bidragande faktor till tillfrisknande och kortare vårdtid på sjukhus, och är därför viktig för att målet ska kunna uppfyllas.

### 3 MÅLTIDENS BETYDELSE FÖR EN GOD HÄLSA OCH SÄKER VÅRD

---

#### Delaktighet

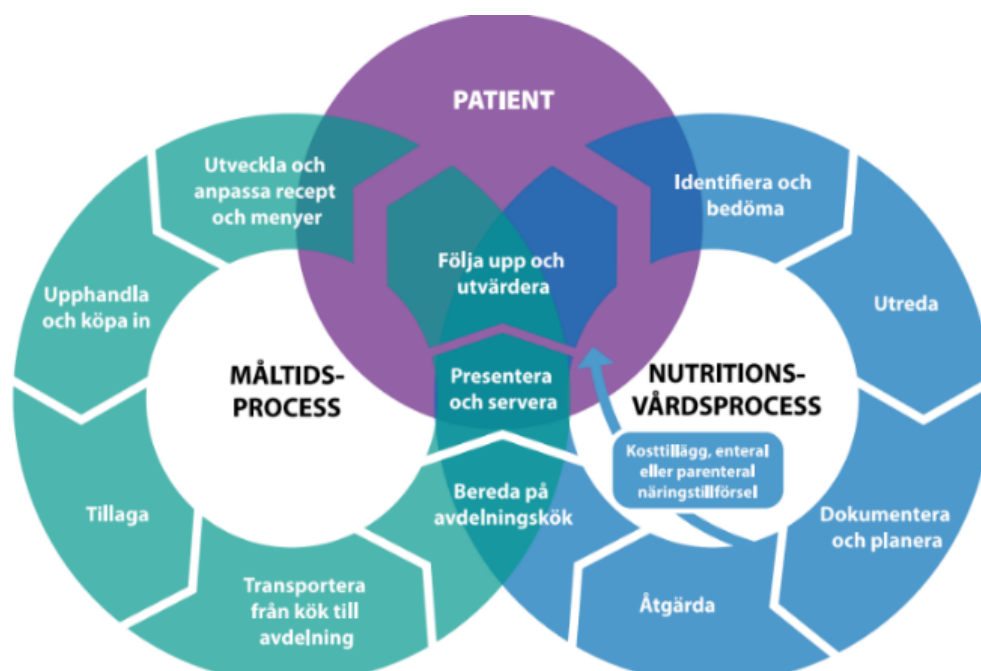
---

<sup>1</sup> Undernäring hos vuxna, Sveriges Kommuner och regioner, 16 mars 2021. Tillgänglig på Internet, hämtad 2022-04-14. [Undernäring hos vuxna | SKR](#)

<sup>2</sup> Samlat stöd för patientsäkerhet, Socialstyrelsen. Tillgänglig på Internet, hämtad 2022-04-01. [Undernäring - Patientsäkerhet \(socialstyrelsen.se\)](#)

## Riktlinje för patientmåltider

Behov skiljer sig åt. En del av patientsäkerheten innefattar ett aktivt riskförebyggande arbete där nutritionsvårdsprocessen är en viktig del i att förebygga,



och behandla undernäring. Ett arbete som involverar många olika roller och kräver en tydlig ansvarsfördelning.

Figur 1 Visar var processerna och den personal som är involverad i de olika processerna, behöver samverka för att måltiderna ska komma patienten till godo på bästa sätt. Nationella riktlinjer för måltider på sjukhus, Livsmedelsverket, 2020

Nutritionsvård är en del av den medicinska behandlingen och besluten runt måltiden bör så långt som möjligt utformas och genomföras i samråd med patienten. Att utgå från patienten, hans eller hennes önskemål och behov, möjliggör individanpassningar vilket är en del av den personcentrerade vården.<sup>3</sup> Måltidsutbud och beställningssystem ska möjliggöra flexibilitet, valfrihet, individanpassning och omfattar dygnets alla måltider.

Fördelar med ett flexibelt måltidsutbud är att olika behov och preferenser kan tillgodoses såsom aptitvariationer, konsistensanpassningar, kultur, etik, miljö, smak och åldersvariationer.

<sup>3</sup> Nationella riktlinjer för måltider p  
2022-04-01) [Livsmedelsverket - Na](#)

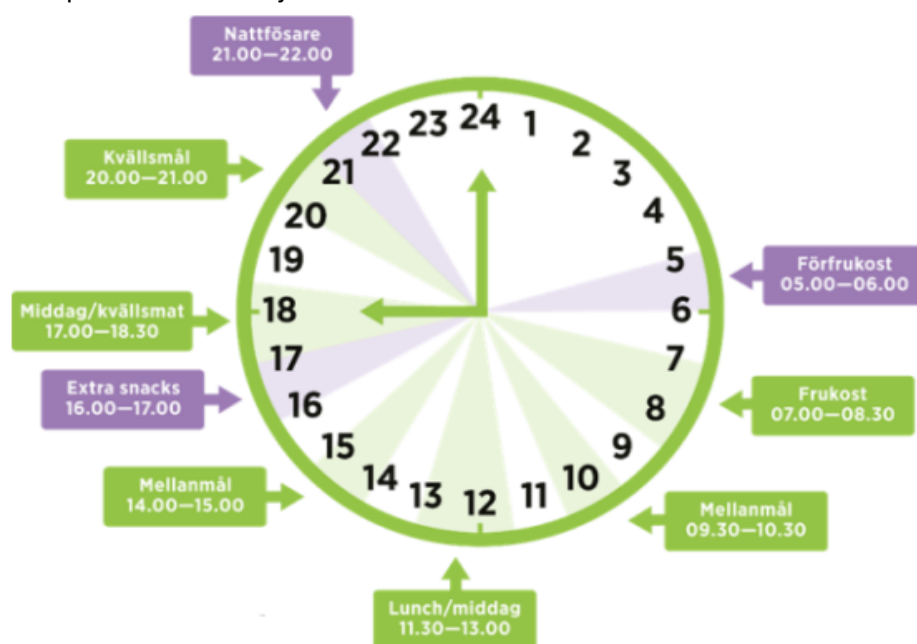
## Riktlinje för patientmåltider

Flexibilitet, valfrihet och individuella anpassningar är viktiga och kan vara avgörande för att maten uppskattas och äts upp. Resultatet blir en god näringsstatus som bidrar till snabbare tillfrisknande och kortare vårdtid.<sup>4</sup>

### Kvalitet

Att patienten får anpassade måltider av god kvalitet i rätt tid är avgörande. Ett tillräckligt näringsintag minskar risken för följsjukdomar och kan även vara en förutsättning för att en medicinsk behandling ska ge önskad effekt.

Måltiderna behöver spridas jämnt över dygnets alla timmar för att blodsockernivån ska hållas jämn och risken för undernäring ska minska. Huvudmålen (lunch och middag) täcker endast halva energi- och näringsbehovet, varför frukost och mellanmål är minst lika viktiga. Om aptiten sviktar och portionen som äts blir mindre krävs fler små och näringstäta måltider.<sup>5</sup> I förebyggandet och behandling av undernäring är ätstödande åtgärder en viktig del. Exempel på viktiga åtgärder är uppmuntran, äthjälp, äthjälpmedel, bra sittställning, god munhygien och att få äta i en anpassad måltidsmiljö.<sup>6</sup>



Figur 2 Måltidsklocka. Illustrerar dygnets alla måltider. Folkhals- och sjukvård.rjl.se

<sup>4</sup> Att förebygga och behandla undernäring, Kunskapsstöd i hälso- och sjukvård och socialtjänst, Socialstyrelsen, april 2020. Tillgänglig på Internet, hämtad 2022-04-01. [Socialstyrelsens Kunskapsstöd - att förebygga och behandla undernäring](#)

<sup>5</sup> Att förebygga och behandla undernäring, Kunskapsstöd i hälso- och sjukvård och socialtjänst, Socialstyrelsen, april 2020.

<sup>6</sup> Nationella riktlinjer för måltider på sjukhus, Livsmedelsverket, 2020.

---

## Riktlinje för patientmåltider

### Kunskap

Arbetet med måltider ska baseras på evidens och utgå från nationella rekommendationer och riktlinjer samt lagstiftning inom området. Kunskap om undernäring är en del av patientsäkerhetsarbetet. Genom att vara vaksam på risken för undernäring och tidigt upptäcka tecken kan åtgärder sättas in innan konsekvenserna blir stora.

Kunskap innefattar också förståelse för hur olika delar runt måltiden påverkar det faktiska intaget, till exempel att patienten känner sig trygg och bekväm i måltidsituationen och att måltidsmiljön påverkar lusten att äta.<sup>7</sup>

Mat och måltider har en stor inverkan på miljö och klimat. Därför är kunskap och arbete för att främja de globala mål som berör livsmedelsområdet viktigt.<sup>8</sup>

Livsmedels säkerhet och dess lagstiftning är ytterligare ett viktigt område där alla som hanterar måltider behöver ha relevant kunskap.<sup>9</sup> Kunskap och kompetens måste hållas levande och spridas. Därför är regelbunden kompetensutveckling samt samverkan inom området avgörande för patientens välbefinnande och tillfrisknande.

### Samverkan

Arbetet med måltider är komplext med ett stort antal yrkesroller inblandade, där allas roller är viktiga för målet om en god näringsstatus och en positiv måltidsupplevelse för patienten. Måltidsfrågor behöver prioriteras och utgör en viktig del av omsorgen. För att patientens behov ska bli synliga genom hela kedjan är samverkan en avgörande faktor för det slutgiltiga resultatet. Samverkan och kunskapsutbyte runt måltider är viktiga både mellan och inom den egna verksamheten.

## 4 FLEXIBLA MÅLTIDER FÖR PATIENTENS BÄSTA

Måltiden är ett viktigt verktyg för en god hälsa. Den består av olika delar som alla är viktiga för att tillsammans skapa en bra måltid. Detta illustreras i måltidspusslet som är framtaget av Livsmedelsverket och är en del av de Nationella riktlinjerna för sjukhusmåltider.<sup>10</sup>

---

<sup>7</sup> Nationella riktlinjer för måltider på sjukhus, Livsmedelsverket, 2020.

<sup>8</sup> Agenda 2030 och de globala målen för hållbar utveckling, Regeringskansliet. Tillgänglig på Internet, hämtad 2022-06-10. [Agenda 2030 och de globala målen för hållbar utveckling - Regeringen.se](https://www.regeringen.se/491397/1681121)

<sup>9</sup> Lagar om livsmedel, Livsmedelsverket. Tillgänglig på Internet, hämtad 2022-06-15 [Lagar om livsmedel \(livsmedelsverket.se\)](https://www.livsmedelsverket.se/livsmedel)

<sup>10</sup> Nationella riktlinjer för måltider på sjukhus, Livsmedelsverket, 2020.

## Riktlinje för patientmåltider



Figur 2 Måltidspussel. Nationella riktlinjer för måltider på sjukhus, Livsmedelsverket, 2020

För att säkra en god och säker vård och ett gott näringstillstånd för patienten ska Region Västmanland tillhandahålla:

### Näringsriktiga måltider

- Erbjud patienten individanpassade måltider, som en del av den medicinska behandlingen och i enlighet med nordiska näringsrekommendationer (NNR) och Socialstyrelsens kunskapsstöd *Att förebygga och behandla undernäring (2020)*.
- Sprida ut måltiderna över så stor del av den vakna tiden på dygnet som möjligt och se till att de finns tillgängliga när patienten behöver. Det är lättare att äta fler mindre måltider än färre större. Patienten bör erbjudas mat vid minst sex tillfällen under dygnet. Nattfastan bör inte överskrida 11 timmar.<sup>11</sup>

### Goda måltider

- Erbjud måltider som stimulerar aptiten och utgår från individens önskemål och behov.
- Ge patienten möjlighet att välja bland ett brett utbud av rätter, smårätter, tillbehör och dryck vid dygnets alla måltider.
- Presentera och servera måltider på ett tilltalande sätt.

<sup>11</sup> Att förebygga och behandla undernäring, Kunskapsstöd i hälso- och sjukvård och socialtjänst, Socialstyrelsen, april 2020.

---

## Riktlinje för patientmåltider

### Integrerade måltider

- Med stöd av nutritionsvårdsprocessen bedöma, planera, åtgärda, följa upp och utvärdera för att förebygga och behandla undernäring.  
(Länk till dokument för riskbedömning: [Förebyggande arbetssätt - riskbedömning i journaltabell](#) )
- Planering och beslut kring måltider ska ske i samråd med patienten eller närstående.
- Möjliggöra kommunikation och integrering mellan alla verksamheter för utveckling och uppföljning av måltiderna.

### Trivsamma måltider

- Möjliggöra en måltidsmiljö som främjar aptit och är fri från vårdrelaterade inslag.
- Se till att måltiden ges tid och utrymme, där flexibiliteten kring när patienten önskar äta sin måltid bidrar till att maten hamnar i magen.
- Ge ett gott vårdskap som omfattas av omsorg och lyhördhet.
- Tydligt kommunicera menyn och vad som finns att erbjuda för att skapa förväntan och främja matlust.
- Erbjud en måltidsmiljö som är anpassad för individen, till exempel genom att det finns möjligheter till bra belysning, god sittställning och tillgång till äthjälpmiddel.

### Miljösmarta måltider

- Ställa hållbarhetskrav vid livsmedelsupphandlingar, viktigt för att främja hållbarhetsarbetet enligt agenda 2030 och främst målområden som rör hållbar konsumtion och klimatförändringar.<sup>12</sup>
- I menyplanering, vid beredning och tillagning av måltider, använda hållbart producerade livsmedel samt nyttja miljösmarta metoder som bidrar både till en bättre miljö och till en god hälsa.
- Möjliggöra för patienter att kunna göra hållbara val.
- Möjliggöra att maten äts upp och bidrar till en god hälsa. Patienter som har möjlighet att själva välja vilken mat de önskar äta, när och var de vill äta minskar risken att mat blir kvar på tallriken.

---

<sup>12</sup> Agenda 2030 och de globala målen för hållbar utveckling, Regeringskansliet.



---

## Riktlinje för patientmåltider

### Säkra måltider

- Säkra att faror relaterade till måltiden förebyggs, hanteras och åtgärdas genom goda rutiner, till exempel genom rätt kylförvaring samt tillräcklig upphettning.
- Säkerställa att patienten får rätt mat, anpassat efter hans eller hennes behov, vilket inkluderar dem som är i behov av specialkost eller konsistensanpassad kost.
- Att god hygien kan säkerställas inför måltid både för patient samt för personal som är involverad i måltidssituationen.
- All personal som hanterar livsmedel och är involverad i måltidssituationen har relevant kunskap om livsmedels säkerhet.

### 5 SAMVERKANSGRUPPER, ANSVAR OCH ROLLER FÖR PATIENTMÅLTIDEN

---

Måltiden har en stor betydelse för patientens och närståendes totala upplevelse av sjukhusvistelsen.<sup>13</sup> För att den ska bli så bra som möjligt behövs en samverkan och tydlig ansvarsfördelning mellan alla involverade yrkesgrupper.

Ansvariga i respektive verksamhet ska se till att samtliga medarbetare som är involverade i måltidssituationen har tillräcklig kompetens för uppgiften samt att kontinuerlig kompetensutveckling inom måltidsområdet sker.

**Samverkansråd för patientmåltider** har på en strategisk nivå uppgift att utveckla, leda och samordna frågor runt patientmåltiden. Exempel kan vara uppföljning och utvärdering av meny och måltider, utveckling och revidering av livsmedelssortiment till frukost och mellanmål. Utveckling och revidering av rutiner inom området. Planering av utbildning/ kompetensutveckling. Samverkansrådet består av representanter från alla professioner som arbetar med måltider.

**Tvärprofessionella team** bör vara kopplade till verksamheten. Var och en i teamet bidrar utifrån sitt perspektiv och sin kompetens till att tillgodose patientens nutritionsrelaterade behov. Tillsammans ansvarar teamet för åtgärder samt att relevanta uppgifter avseende dessa dokumenteras och vidarebefordras till nästa vårdgivare. Teamet kan även utarbeta lokalt anpassade rutiner och standardiserade vårdplaner för nutritionsbehandling.

---

<sup>13</sup> Nationella riktlinjer för måltider på sjukhus, Livsmedelsverket, 2020.

---

## Riktlinje för patientmåltider

**Verksamhetschefen/enhetschefen** har det yttersta ansvaret för verksamheten och att personalen har tillräckliga kunskaper för måltidshanteringen inom verksamheten för att kunna tillgodose patientens behov på ett säkert sätt. Chefen ansvarar för ett varierat måltidsutbud för frukost och mellanmål. Till arbetsuppgifterna hör även ansvar för rutiner och delegering inom området.

**Läkaren** har det övergripande medicinska ansvaret och tar ställning till om ofrivillig viktfrörlust orsakas av medicinska faktorer som behöver utredas eller kan motverkas genom specifik medicinsk behandling. Läkaren bedömer näringsstatus och utreder nutritionsbehov. I samarbete med sjuksköterska, undersköterska och dietist identifierar läkaren behov av och former för nutritionsstöd. Vid behov ordinerar läkaren enteral och parenteral nutrition. Har kunskap om och kan åtgärda komplikationer vid insatt nutritionsbehandling.

**Sjuksköterskan** har omvårdnadsansvar vilket inkluderar att identifiera och bedöma risk för undernäring och andra svårigheter med att inta måltider. Inskrivande sjuksköterska ansvarar för att ta reda på om patienten är i behov av anpassad kost, till exempel allergikost. Ansvarar för att riskbedömning utförs samt för dokumentation och uppföljning av näringstillstånd i omvårdnadsjournalen.

Sjuksköterskan ansvarar även för mat- och vätskeregistrering och beräkning av dagligt energi- och vätskeintag samt att detta dokumenteras. Ansvarar för att nutritionsbehandlingen och de ätstödande åtgärderna genomförs, dokumenteras och följs upp. Informerar och rapporterar till patient, närstående samt nästa vårdgivare. Initierar kontakt med andra yrkeskategorier vid behov.

**Nutritionsansvarig sjuksköterska** har huvudansvar för att driva och utveckla avdelningens nutritionsarbete i samarbete med andra yrkeskategorier.

**Undersköterskan** deltar i omvårdnaden för att identifiera individuella behov, till exempel rätt sittställning vid måltid, ätstödande hjälpmedel eller stöd med matning. Motiverar och stöttar patienten vid måltidssituationen, genom bra matval. Ser till att nutritionsordination följs och att rätt kost, till exempel allergikost beställs enligt behov. Dokumenterar sina åtgärder och iakttagelser som görs i samband med måltid. Utför riskbedömning och samverkar med övriga yrkeskategorier som arbetar i patientens nutritionsprocess.

**Dietisten** ansvarar för utredning av nutritionsproblem, bedömning, ordination, utvärdering och uppföljning av individuell nutritionsbehandling. När ordination av nutritionsbehandling är aktuell sker detta i samverkan med läkare, sjuksköterska och

---

## Riktlinje för patientmåltider

övriga professioner i teamet. Dietisten är konsult i nutritionsfrågor och utarbetar rutiner och riktlinjer för nutritionsbehandling i samarbete med vårdpersonal.

**Logopeden** träffar patienter med orofaryngeala sväljsvårigheter och ansvarar för att rekommendationer kring rätt konsistens på mat och dryck finns. Utför kliniska sväljbedömningar och videoendoskopiska undersökningar av sväljningen. Deltar även

vid sväljröntgen som ett led i utredningen kring patientens sväljsvårigheter. Logoped ger råd och informerar vårdpersonal och anhöriga kring patientens sväljsvårigheter.

**Arbetsterapeuten** ansvarar för att skapa goda fysiska och kognitiva förutsättningar för patienten att inta måltiden. Är behjälplig vid utprovning av lämpliga hjälpmedel för att underlätta ätandet samt informerar berörd personal om hur olika hjälpmedel används.

**Tandläkaren och tandhygienisten** är viktiga resurser i vården av patienter i behov av munvårdsåtgärder.

**Kostombudet** är en kontaktlänk mellan produktionskök och den egna verksamheten. Deltar på **Kostombudsträffar**, som är ett forum för samverkan och ansvarar för att sprida information till sina arbetskamrater som kostombudet fått del av, samt fångar upp arbetslagets frågor och synpunkter.

**Enhetschefen för avdelningskök** ansvarar för att medarbetare i avdelningsköket har den kunskap och utbildning som krävs för att beställa, duka och presentera säkra måltider.

**Medarbetaren i avdelningsköket** ansvarar för beställning av livsmedel och patientmåltider efter överenskommelse med vården samt för att rätt måltid till rätt beställning dukas, värms och presenteras på ett säkert och aptitfrämjande sätt.

**Verksamhetschefen/enhetschefen Kost** ansvarar för ett varierat måltidsutbud för lunch och middag samt att information om ingredienser och näringsinnehåll finns att tillgå. Att tillagning av goda måltider görs enligt gällande nationella rekommendationer för näringsinnehåll, temperatur och god livsmedelshygien. Ansvarar vidare för en bibehållen kylkedja och att hygien upprätthålls under transport. Att inköp och livsmedelsupphandlingar görs enligt gällande lagstiftning för att tillgodose behovet av hälsosamma, hållbara och säkra livsmedel för dygnets alla måltider.

---

## Riktlinje för patientmåltider

**Kocken/kökspersonalen** i produktionsköket ansvarar för att inköp av råvaror samt tillagning av måltider av god kvalitet görs enligt recept på ett säkert sätt enligt överenskommen arbetsrutin.

Att alla tar ansvar för sin del är avgörande, men det är tillsammans vi gör skillnad i arbetet med flexibla måltider för patientens bästa.

### 6 REFERENS

---

Fastställd av regiondirektören 2022-09-08