

Nutrition i palliativ vård

Ragna Rönning, dietist Capio ASIH



Capio

Charlotta Svalander, dietist Förenade Care ASIH



Forenede
Care

Vad är "bra mat"?

- 120 miljoner träffar på Google
- Oändligt mycket tyckande och tänkande
- laddat ämne
- betyder olika i olika sammanhang
- åsikter och fördomar
- kravfyllt
- påverkas av andras åsikter/media



Vilka riktlinjer och kunskapsstöd har vi?

- Socialstyrelsens föreskrifter och allmänna råd
 - HFSL-FS 2022:49 (förebygga och behandla undernäring + kunskapsstöd)
 - SOFS 2011:7 (om livsuppehållande behandling + handbok för vårdgivare)
- Nationella vårdprogram
 - Diagnosspecifika
 - Palliativ vård, Palliativ vård av barn (RCC)
- Espen Guidelines
 - Nutritionsbehandling vid olika tillstånd (äldre, neurologiska tillstånd, cancer m.m.)
- Nordiska näringsrekommendationer
 - rekommendationer för friska

Förebyggande kostråd



ÖKA	BYT UT	BEGRÄNSA
Grönsaker Baljväxter	Spannmåls- produkter av vitt/siktat mjöl → Spannmåls- produkter av fullkorn	Charkprodukter Rött kött
Frukt och bär	Smör, smör- baserade matfetter → Vegetabiliska oljor, oljebase- rade matfetter	Drycker och livsmedel med tillsatt socker
Fisk och skaldjur	Feta mejeri- produkter → Magra mejeri- produkter	Salt
Nötter och frön		Alkohol

Under sjukdom och vid ofrivillig viktnedgång

Minska fiber
Öka fett
Öka snabba kolhydrater
Ökad proteinandel

Glöm inte att fråga varför patienten inte äter

- Tandprotes som inte passar?
- Smärta i munhålan?
- Misstänkt svampinfektion?
- Förstoppning?
- Annat?

Aptitlöshet

- Små portioner
- Erbjud något ofta, 2-3 timmars mellanrum
- Berikning
- Energigivande drycker
- Smårätter



Illamående

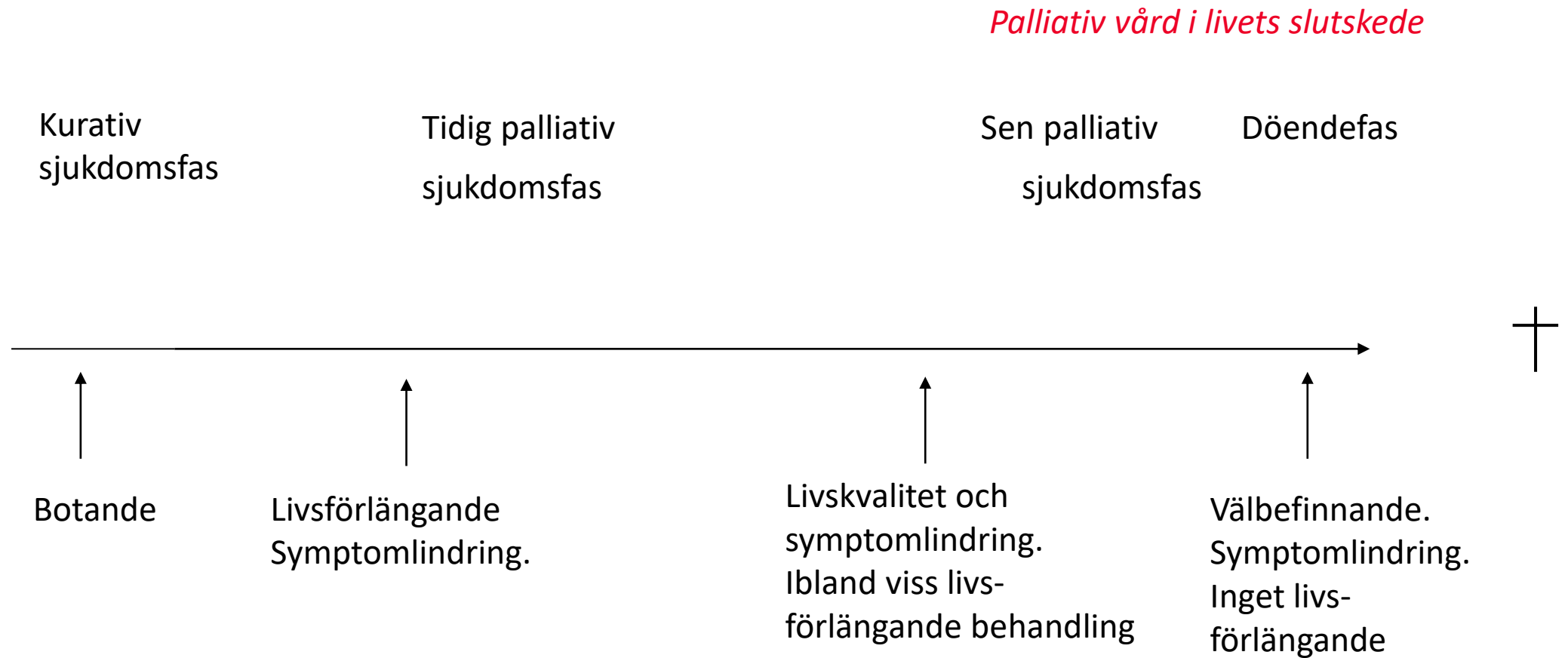
- Små portioner, ofta
- Konsistens
- Temperatur
- Doft
- Kolhydrater/fett

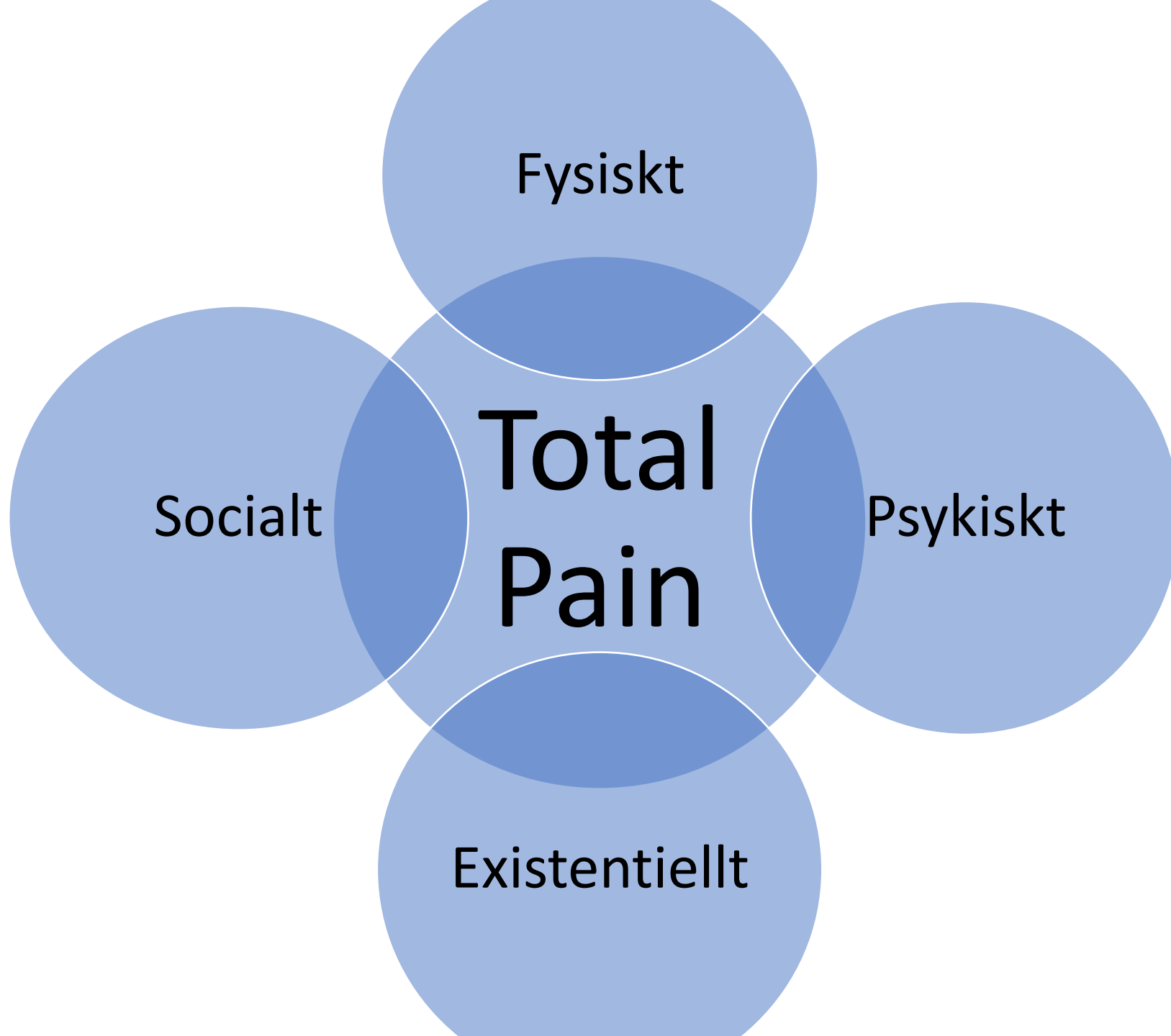
Energiinnehåll

- 1 dl chips 64 kcal
- 15 st salta pinnar 62 kcal
- 1 dl nötter 350 kcal
- 1 digestivekex 62 kcal
- 1 msk majonnäs 108 kcal
- 1 msk matolja 110 kcal
- 1 msk jordnötssmör 92 kcal
- 1 ägg 77 kcal
- 1 avokado 235 kcal
- 1 dl gräddfil med 2 msk sylt 170 kcal

S:a 1331 kcal

Palliativt vårdförlopp





Fysiskt

Socialt

Total
Pain

Psykiskt

Existentiellt

Vad har vi sagt?

- Uppmärksamma problem tidigt - riskbedöm
- Åtgärda bakomliggande orsaker
- Utgå från patientens önskan och förmåga
- Samstämmigt team

