

Instruks: Ernæringsindsats i Gribskov Kommune (FSIII)	
Instruks til ernæringsindsats inkl. ernæringsvurdering (EVS)	Målgruppe: Sygeplejen i Gribskov Kommune
Sidst revideret december 2019 /srjul	Revideres igen senest december 2021
<p>Formål: At sikre ensartede arbejdsgange ved ernæringsindsatser hos sygeplejen til ældre borgere med utilsigtede vægttab. Formålet med en ernæringsindsats er at finde årsagen til det utilsigtede vægttab, og at hjælpe den ældre til at tage på i vægt og genvinde sin fysiske funktion.</p> <p>I instruksen findes information om baggrund, ugentlig vejning, udførelse, ernæringsvurdering (EVS), indsatsmål, handlingsanvisning og dokumentation i Nexus (FSIII).</p>	

Baggrund	<p>Ældre borgere med dårlig ernæringsstilstand har øget risiko for at have nedsat muskelmasse, nedsat funktionsevne og forringet livskvalitet. Disse borgere har også øget risiko for at blive syge, og de bliver oftere (gen)indlagt på hospitalet.</p> <p>Et utilsigtet vægttab øger den ældres behov for støtte og hjælp i hverdagen som følge af fysiske funktionstab. Dette kan medføre et øget antal og omfang af plejeopgaver. Selv et lille vægttab (> 1 kg) kan forringe den ældres funktionsevne, genoptræningspotentiale og evne til at klare sig selv i hverdagen.</p> <p>Socialstyrelsen har udviklet et ErnæringsVurderingsSkema (EVS), som anbefales til kommunalt brug til ældre borgere, som bor på plejecenter, eller som modtager sygepleje, personlig pleje eller praktisk hjælp i eget hjem. Formålet med EVS er at fremme tidlig opsporing af borgere i ernæringsmæssig risiko.</p> <p>Sundhedsstyrelsen anbefaler regelmæssig vejning af ældre borgere på plejecenter og i hjemmepleje til at identificere borgere med utilsigtede vægttab. Hvis en borger utilsigtet taber sig mere end 1 kg, skal borgeren ernæringsvurderes med EVS. EVS danner det faglige udgangspunkt for ernæringsvurdering i Gribskov Kommune.</p>
Målgruppe	Borgere med et utilsigtet vægttab over 1 kg. Disse borgere visiteres til ernæringsindsats hos sygeplejen.

<p>Ernæringsindsats</p>	<p>Ernæringsindsatsen har en varighed á 2 måneder.</p> <p>Der er 3 skemaer, som skal udfyldes ved opstart af en ernæringsindsats. Disse tre skemaer er:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ernæring udredning(EVS) • Ernæring indsatsmål(EVS) • Ernæring handlingsanvisning(EVS) <p>Når de 3 skemaer er udfyldt, opstartes selve ernæringsindsatsen. Indsatsen skal altid tage højde for borgerens situation, ressourcer og ernæringsmæssige problematikker.</p>
<p>Hvor ofte skal borgeren vejes?</p>	<p>Borgere, som har haft et utilsigtet vægttab over 1 kg, skal som hovedregel vejes 1 gang pr uge indtil målet med ernæringsindsatsen er opnået.</p>
<p>Dokumentation af vægt i Nexus</p>	<p>Umiddelbart efter at borgeren er vejjet, noteres borgerens aktuelle vægt under "målinger" i Nexus.</p>
<p>Udførelse af Ernæring udredning(EVS)</p>	<p>Ernæringsudredningen består af en række spørgsmål, som undersøger den ældres spisevaner, vægtudvikling og ernæringsmæssige risikofaktorer. Gennem spørgsmålene kan man finde frem til årsagen til, at borgeren har tabt sig. På den måde kan man finde frem til, hvordan plejepersonalet bedst kan hjælpe den ældre til at tage på i vægt igen.</p>
<p>Dokumentation af Ernæring udredning(EVS) i Nexus</p>	<p>Skemaet som skal bruges til udredning af årsagen til det utilsigtede vægttab hedder Ernæring udredning(EVS). Skemaet findes under fanen <i>udredning</i> i Nexus.</p> <p>Skemaet udfyldes af sygeplejen samtidig med, at der tales om spørgsmålene med borgeren. Der er hjælpetekst og vejledning i selve skemaet til medarbejderne.</p> <p>Første del af skemaet handler om den ældres spisevaner, vægtudvikling og ernæringsmæssige risikofaktorer. Derefter skal resultatet af ernæringsvurdering udfyldes. Her tildeles en score, hvor:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 0 = borger har god ernæringstilstand • 1 = borger er i ernæringsmæssig risiko • 2 = borger har gavn af en målrettet ernæringsindsat

	<p>Derefter udredes årsagerne til vægttabet. Her er det kun de relevante felter i skemaet, som skal udfyldes.</p> <p>Derefter noteres borgerens aktuelle vægt.</p> <p>De øvrige rubrikker: BMI, PAL, energibehov og proteinbehov skal ikke udfyldes.</p> <p>Til sidst udfyldes den videre handling:</p> <p>Hvis borger har en score på 1 eller 2 skal der udfyldes et indsatsmål "Ernæring Indsatsmål(EVS)" og en handlingsanvisning "Ernæring handlingsanvisning(EVS)".</p> <p>Skemaet kan nu gemmes som udfyldt.</p>
Hvem skal ernæringsvurderes?	Alle borgere, som er visiteret til ernæringsindsats på baggrund af et utilsigtet vægttab, skal ernæringsvurderes.
Hvor ofte skal borgeren ernæringsudredes?	<p>Ernæring udredning(EVS) skal udfyldes én gang i forbindelse med et utilsigtet vægttab. Skemaet udfyldes ved opstart af ernæringsindsatsen.</p> <p>Hvis borgeren igen på et senere tidspunkt får et utilsigtet vægttab, skal der udfyldes et skema på ny.</p>
Ansvar for udfyldelse af ernæringsudredning	Ernæringsindsatsen er en visiteret sygeplejefaglig ydelse, som varetages af sygeplejen. Det er derfor sygeplejen, som har ansvar for at udfylde Ernæring udredning(EVS) i samarbejde med borgeren.
Ansvar for indsatsmål, handlingsanvisning og ernæringsindsats	Med afsæt i ernæringsudredningen har sygeplejen ansvar for at udarbejde et indsatsmål og en handlingsanvisning. Indsatsmål og handlingsanvisning skal altid tage højde for den enkelte borgers ernæringsmæssige udfordringer. En ernæringsmæssig udfordring kan fx være lille appetit eller tygge-/synkebesvær.
Oprettelse og dokumentation af indsatsmål i Nexus	<p>Ved en ernæringsindsats skal der altid oprettes et indsatsmål i Nexus. Skemaet hedder Ernæring indsatsmål(EVS), og kan findes under indsatsmål.</p> <p>I skemaet udfyldes ernæringsmålsætning, kortsigtede og langsigtede mål. BMI udfyldes ikke.</p>

	<p>Beskriv så præcist som muligt målet med indsatsen fx vægtøgning til habituel vægt. Vægtøgning på xx kg.</p>
<p>Oprettelse og dokumentation af handlingsanvisning i Nexus</p>	<p>Ved en ernæringsindsats skal der altid oprettes en handlingsanvisning i Nexus.</p> <p>Skemaet hedder Ernæring handlingsanvisning(EVS), og kan findes under fanen handlingsanvisninger.</p> <p>I skemaet skal der beskrives, hvad sygeplejen vejleder omkring (fx kost til småtspisende). Der skal også beskrives konkrete aftaler. Fx "at borger vil spise et mellemmåltid hver eftermiddag", eller "at borger vil drikke sødmælk til de 3 hovedmåltider", eller "at madservice ændres til kost til småtspisende" osv.</p> <p>Det skal også registreres, hvor ofte borger vejes. Borgere med ernæringsindsats skal som hovedregel vejes 1 gang om ugen. Denne vægtmåling foretages af sygeplejen.</p> <p>Det skal også registreres, når der tages kontakt til andre fagligheder fx egen læge (udredning eller kvalmestillende), ergoterapeut, madservice (ændring af kostform), visitator (fx øget behov for hjælp til måltider).</p> <p>Handlingsanvisningen skal opdateres løbende ud fra borgers vægtudvikling.</p>
<p>Opdatering af døgnrytmeplan</p>	<p>Det er sygeplejens ansvar at anvise, hvordan hjemmeplejen skal hjælpe borgeren ved måltidsydelser, hvis borgeren har ernæringsindsats. Det gør sygeplejen ved at opdatere døgnrytmeplaner, så hjemmeplejen ved, hvordan de skal hjælpe med til, at borgeren når målet med ernæringsindsatsen. Fx der serveres et glas sødmælk til hovedmåltiderne morgen, middag og aften. Kom et tykt lag smør på brødet. Stil proteindrik frem til borger ved morgenbesøget osv.</p>
<p>Begrebsafklaring</p>	<p>Ernæringsvurdering (EVS): Ernæringscreening med udgangspunkt i skemaet: "Ernæring udredning(EVS)", som er udarbejdet af Socialstyrelsen og tilgængeligt i Nexus. EVS anvendes til finde årsagen til et utilsigtet vægttab.</p> <p>Undervægt: Undervægt er defineret som BMI under 18,5. Undervægt er ikke i sig selv en risikofaktor for tab af fysisk funktionsevne. Undervægt kan derfor ikke alene betragtes som årsag til et øget behov for hjælp.</p>



	<p>Ernæringsmæssig risiko: Sundhedsstyrelsen har defineret, at en borger er i ernæringsmæssig risiko, hvis han/hun oplever et utilsigtet vægttab (>1kg/mdr.). Hvis dette er tilfældet, skal borgeren ernæringsvurderes, og der skal igangsættes en målrettet ernæringsindsats, som er rettet mod årsagen til vægttabet. Årsagen kan fx være nedsat kostindtag, tygge-/ synkebesvær eller behov for hjælp til at spise.</p>
Referencer	<p>Socialstyrelsen (2015): <i>Faglige anbefalinger og beskrivelser af god praksis for ernæringsindsats til ældre med uplanlagt vægttab</i>. Socialstyrelsen, januar 2015.</p> <p>Sundhedsstyrelsen (2015): <i>Forebyggelse på ældreområdet – håndbog til kommunerne</i></p>