

Måltider i leve- og bomiljøer

Leve- og bomiljøer med små beboergrupper og større fællesskab omkring måltiderne er tidens nye løsen. Men bliver ernæringstilstanden bedre for dem, der bor her, og hvad synes beboerne egentlig om dette nære fællesskab?

Ældrekommissionens betænkning var medvirkende til, at byggeriet af traditionelle plejecentre blev stoppet og erstattet af leve- og bomiljøer (Høeg og Nielsen, 2005). Siden har antallet af byggede leve- og bomiljøer vist, at denne type plejecentre øjensynlig er fremtiden for kommende plejecenterbeboere i Danmark. Leve- og bomiljøer bygges enten som nybyggeri - eller konceptet implementeres ved ombygning af eksisterende plejecentre. Forsigtige skøn har vurderet, at op imod halvdelen af plejecenterpladserne om 5-10 år vil være pladser i leve- og bomiljøer (Kjørgx Pedersen, 2002). Der eksisterer dog meget lidt dokumentation for, at leve- og bomiljøer er den optimale måde at bygge plejecentre på, hvis målet er at forbedre ernæringstilstand og livskvalitet for de ældre.

Viden om leve- og bomiljøer

En af de markante forskelle, som leve- og bomiljøer repræsenterer i forhold til det traditionelle plejecenterbyggeri, er antallet af beboere, der bor og spiser sammen. I leve- og bomiljøer er der typisk mellem 6-12 beboere i hver gruppe. På de traditionelle plejecentre er der typisk omkring 20 beboere på hver afdeling, som spiser sammen og bor på samme gang. En anden forskel er fokus på måltiderne og tilberedning af mad tæt på beboerne i leve- og bomiljøer. Dette repræsenterer et brud med tendensen til at lukke lokale plejecenterkøkkener og centralisere produktionen langt fra beboerne.

Udenlandske videnskabelige undersøgelser har vist, at forbedringer af de fysiske rammer omkring måltidet og personalets nærvær ved disse kan forøge beboernes energiindtag (se for eksempel Elmstahl et al., 1987) og

efterfølgende forbedre deres ernæringstilstand (Mathey et al., 2001). Disse resultater gør det særligt relevant at se nærmere på leve- og bomiljøer, da en positiv oplevelse af måltidet blandt beboerne kunne give dem lyst til at spise mere og derigennem opnå en bedre ernæringstilstand. Med andre ord kunne plejebestyrernes ernæringstilstand sandsynligvis forbedres ved følgende tiltag:

- Små grupper
- Personaleinddragelse ved tilberedning af mad i enhederne
- Større indflydelse på menuvalg

Ernæringsmæssigt er ældre på plejecentre en udsat gruppe. Tidligere undersøgelser har vist, at 33 procent af de ældre på plejecentre i Danmark har et BMI mindre end 20, hvilket betyder, at de er undervægtige i forhold til de officielle anbefalinger (Beck et al., 2002).

BMI - Body Mass Index - er et mål for forholdet mellem en persons vægt og højde.

BMI udregnes således:
Vægt målt i kg divideret med to gange højde målt i meter (kg: m²).

Eksempel: En person på 60 kg med højden 1,70 m. har et BMI på 20,8.
Det udregnes således:
 $60 : (1,70 \times 1,70)$.

Måltidet i leve- og bomiljøer

Regeringen iværksatte i 2001 udspillet "Bedre mad til ældre", som bl.a. havde til formål at give foreløbige vurderinger af, om samværet omkring måltiderne kunne forbedres.

Undersøgelsen af måltider i leve- og

bomiljøer indgik i dette udspil, og kan ikke dokumentere en forandring i ernæringstilstand og måltidsoplevelse i forbindelse med flytning til leve- og bomiljø. Formålet med denne undersøgelse er derimod at få viden om, hvorvidt ernæringstilstanden for beboere i leve- og bomiljøer er over eller under landsgennemsnittet for andre plejecenterbeboere i Danmark. Ligeledes ønskede vi viden om, hvordan beboere og personale oplever samværet ved måltidet; om de nye rammer for måltidet og personalets nærvær ved tilberedningen vurderedes positivt eller negativt.

Undersøgelsen lægger som pilotstudie op til efterfølgende interventionsstudier, ligesom debatten om leve- og bomiljøer kan kvalificeres på baggrund af resultaterne.

BMI-måling, interview og observation

Undersøgelsen omfattede fire leve- og bomiljøer i Danmark af forskellig størrelse (Kofod og Birkemose, 2004). Det fremgår af tabel 1, hvordan undersøgelsen er foregået de forskellige steder, både mht. måling af beboernes BMI og udarbejdelsen af interview og deltagerobservation. BMI-tallet kan anvendes som en enkelt objektiv indikation af beboerens ernæringstilstand. Af tidsmæssige hensyn blev der interviewet færre beboere end dem, der blev BMI-målt. Der blev målt BMI på ialt 43 beboere fra leve- og bomiljø 1 og 2. Af de 43 beboere blev 19 interviewet. I de andre leve- og bomiljøer blev der foretaget observationer. Desuden blev syv medlemmer af personalet interviewet. Beboerinterview blev gennemført på fire leve- og bomiljøer med i alt seks grupper med mellem tre og fire medlemmer af hver gruppe. Interviewene



med beboerne varede ca. 60 minutter. Temaerne var deres oplevelse af dagligdagen på plejecentret, deres relationer til andre beboere og personalet samt deres oplevelse af måltiderne, indflydelse på tilberedningen og valg af menu. Således blev der rettet et bredt kvalitativt fokus på beboernes oplevelse af dagligdagen for herigennem at give baggrund for at forstå deres oplevelse af måltiderne.

Interviewene med personalet varede ca. 30 minutter, og disse fokuserede ligeledes på måltiderne og tilberedningen af maden tæt på beboerne og sammen med beboerne. De medlemmer af personalet, som tidligere havde arbejdet på traditionelle plejecentre, blev endvidere bedt om at sammenligne de to slags plejecentre.

Både interview med beboere og personale tog udgangspunkt i temaer, som kunne forventes at have relevans i forhold til vurderingen af måltiderne. Dertil kom, at de temaer, der dukkede op i interviewene, og som også havde relevans for vurderingen af måltidsoplevelsen, blev uddybet i det pågældende interview og i de efterfølgende. Der blev også observeret ved måltiderne. De to forskere, som udførte undersøgelsen, så på aktiviteterne i og omkring

køkkenet og spiste med ved måltiderne. Der blev observeret mellem én og tre dage i hvert leve- og bomiljø.

Begrundelsen for at supplere med observationer var, at den praksis, som observeredes ved måltiderne og i dagligdagen, kunne inddrages i interviewene. Således kunne udtalelser om en praksis i interviewene konfronteres med en observeret praksis, og derigennem kunne vi komme tættere på forholdet mellem idealerne for måltidsforløbet og den praksis, der udspillede sig. Tillige gav observationerne en mulighed for at inddrage supplerende spørgsmål i de interview, hvor enkelte beboere ikke var i stand til at fortælle ret meget om deres oplevelser.

Hensigten med denne kombination af metoder var at afdække, om der var tegn på en sammenhæng mellem en overvejende positiv oplevelse af måltiderne og god ernæringstilstand.

Ernæringstilstanden i leve- og bomiljøer

Samlet set er ernæringstilstanden for de undersøgte beboere i leve- og bomiljøer lidt bedre end landsgennemsnittet for plejecentre i Danmark, idet der her er 24 procent undervægtige mod et landsgennemsnit på 33 procent.

Mange hidtidige plejehjem ændres i dag til at blive såkaldte leve- og bomiljøer, hvor filosofien er, at beboerne skal være tættere på hinanden og tættere på personalet, bo i mindre grupper og selv tage del i flere aktiviteter i dagligdagen, fx omkring måltiderne. I en undersøgelse fra Dansk Fødevareforskning er det hensigten at studere, hvorvidt beboerne så også får en bedre ernæringstilstand, og hvordan det sociale samvær i fællesskabet spiller ind på deres trivsel i hjemmet og deres fødevareindtag.

Jens Kofod er antropolog og Ph.d.-studerende ved Danmarks Fødevareforskning.

Ph.d. projektet handler om ældres møde med plejecentret set i et ernæringsperspektiv.

jek@dfvf.dk

TABEL 1 OVERSIGT OVER DE FIRE LEVE- OG BOMILJØER

Leve- og bomiljø nr.	Totale antal beboere	Antal grupper	Antal grupper undersøgt med kvalitative metoder	Antal BMI vurderinger i gruppe (%) af samlet antal beboere
1	9	1	1	9 (100%)
2	52	9	1	34 (65%)
3	60	10	2	0 (0%)
4	28	3	2	0 (0%)

Ernæringsmæssigt er ældre på plejecentre en udsat gruppe

TABEL 2 ERNÆRINGSTILSTAND VURD. UD FRA BMI I LEVE- OG BOMILJØ 1 OG 2

	Leve- og bomiljø 1	Leve- og bomiljø 2	
Antal beboere vurderet	9	34	
Kvinder/mænd	7/2	28/6	
Vægt gennemsnit (kg)	60,5	61,5	
Højde gennemsnit(m)	1,61	1,61	
BMI(kg/m ²) gennemsnit	23,2	25,8	
Antal Beboere med BMI mindre end 20	0	8	

Der er ikke tale om statistisk signifikans pga. det lille antal beboere, der indgår i undersøgelsen. Undersøgelsen kan således kun give en indikation af, at indretningen i små grupper - med personales nærvær ved tilberedningen - kan have en positiv påvirkning på ernæringstilstanden. Tillige kan der ikke gives et konkret svar på, hvorfor der var otte undervægtige i leve- og bomiljø 2 og ingen i leve- og bomiljø 1.

Resultatet rummer yderligere en analytisk begrænsning: Beboerne er ikke karakteriseret ud fra de kendte ernæringsmæssige risikofaktorer så som sygdom, depression, stort medicin forbrug samt tygge- og synkevanskeligheder. En sådan karakteristik havde naturligvis kvalificeret sammenligningen med landsgennemsnittet yderligere.

Socialt samvær

Det kvalitative fokus gav et nuanceret billede af samværet ved måltiderne og af dagligdagen i de fire leve- og bomiljøer. Der var en overvejende positiv oplevelse af måltiderne i fire af de seks grupper, vi undersøgte. I de sidste to brød de ældre sig ikke om samværet med de andre "fremmede mennesker". I de grupper, hvor beboerne havde en positiv opfattelse af samværet, oplevede størstedelen af beboerne, at de havde noget til fælles med de andre beboere. En af beboerne siger: *Selvfølgelig er der nogle, som du foretrækker frem for*

andre, men vi er alle venner. En anden fortæller: *Vi er som en stor familie, fordi vi er så meget sammen.*

I disse grupper viste observationerne, at der var en solidaritet beboerne imellem, især mht. at hjælpe hinanden med at tage mad fra fadene. Desuden var beboerne med normal hørelse opmærksomme på at inddrage beboere med dårlig hørelse i samtalerne. Denne solidaritet var fraværende i de grupper, hvor beboerne ikke brød sig om hinandens selskab. Måltidet sluttede, og beboerne gik hver til sit, så snart personalet begyndte at rydde af, mens beboerne i de velfungerende grupper fortsatte snakken.

I de grupper, hvor de ældre ikke oplevede samværet positivt, er følgende måltidsobservation valgt som illustration: Under måltidet berettede en af beboerne til forskeren, at det er godt at kunne få sine livretter igen, og at de bor godt i en overskuelig gruppe. Midt i forklaringen brød en anden beboer ind: *Er det kun Hans, der skal fortælle, hvordan vi har det?* Der blev pludselig meget stille. Pinligt stille omkring bordet. *Nej, det er det da ikke,* svarede en fra personalet omsider. Efter frokosten den følgende dag gennemførtes interview med de beboere, der spiste sammen, blandt andre ham, der havde haft denne indvending. Det stod hurtigt klart, at han var blevet den, som de andre ikke oplevede, at de havde noget tilfælles med. Da han til

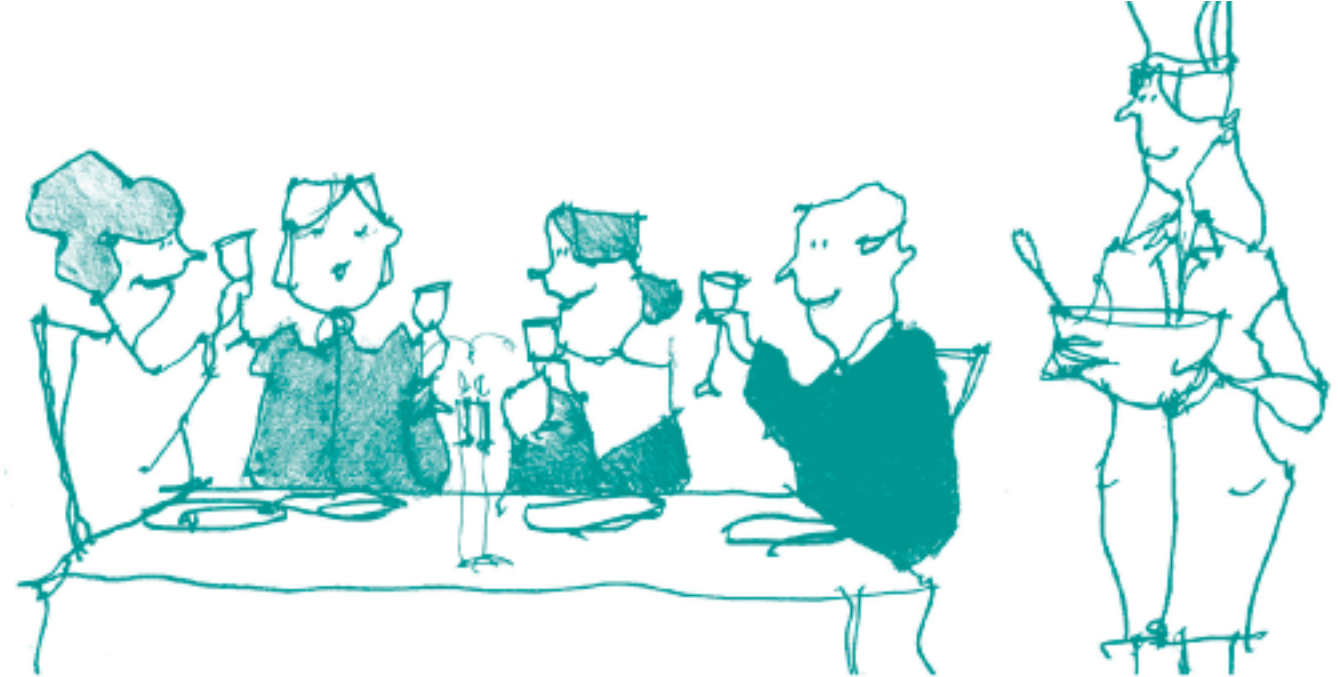
Udenlandske videnskabelige undersøgelser har vist, at forbedringer af de fysiske rammer omkring måltidet og personalets nærvær ved disse kan forøge beboernes energiindtag og efterfølgende forbedre deres ernæringstilstand.

stadighed ifølge flere af de andre beboere kom med "uvenlige bemærkninger", bærer samværet ved måltidet præg af en meget afmålt høflighed. Således kunne det både gennem interview og observationer klarlægges, at der var grupper, hvori beboerne holdt mere af hinandens selskab end andre. I interviewene med beboerne var det afgørende for oplevelsen af samværet, hvorvidt de brød sig om hinanden eller ej. Det væsentlige i dette forhold var, at de oplevede, at de havde noget tilfælles med de andre. Det viste sig, at det var omtrent samme sociale status, der var det mest afgørende. For eksempel oplevede en gruppe tidligere landarbejdere og faglærte arbejdere et fællesskab, mens en gruppe med tidligere funktionærer havde det meget svært med en tidligere arbejdsmand i gruppen.

De nye rammer for måltiderne og personalets nærvær er således ikke ensbetydende med en udelukkende positiv oplevelse af måltidssituationerne i de undersøgte leve- og bomiljøer.

Måltidet i mindre grupper

Der var dog bred enighed blandt beboere og personale om, at det var positivt, at maden blev tilberedt i grupperne. Der kunne være uenighed om, hvad der skulle på menuen, og observationerne viste, at antallet af beboere, der deltog i tilberedningen, var uhyre begrænset. Personalet talte i inter-



Det spiller en rolle for beboerne, om de spiser sammen med nogen, de selv har valgt

viewene meget om inddragelse af beboeren i tilberedningen, men praksis viste, at omfanget var beskedent. Der var dog lidt flere, der deltog i borddækningen. Men det, at der var aktiviteter i køkkenet og at duften bredte sig, blev opfattet positivt af alle beboere. Personalet var generelt positive i deres vurderinger af måltiderne. De mente, at der var mere rum for impulsivitet i leve- og bomiljøer sammenlignet med de traditionelle plejecentre. Leve- og bomiljøerne virker ifølge personalet mindre institutionaliserede, og personalet synes, det er positivt, at beboere i leve- og bomiljøer har større indflydelse på menuen og tilberedning af maden.

Der er interviewet mellem tre og fire beboere i hver gruppe. Selv om der naturligvis er nuanceforskelle i deres vurderinger af måltiderne, er der efterfølgende ikke tvivl om, hvorvidt måltidet i leve- og bomiljøet opfattes som en positiv eller negativ oplevelse. Dette indtryk bekræftes af observationerne. Det var dog ikke muligt at påvise en egentlig sammenhæng mellem - på den ene side - en positiv oplevelse af måltiderne og en ernæringstilstand der - på den anden side - lå over landsgennemsnittet.

Diskussion

Undersøgelsen peger på, at det spiller en rolle for plejehjemsbeboere, hvorvidt de sidder sammen med nogen, de selv

har valgt (se også Kofod, J. 2000). Når kommende beboere visiteres til en plejebolig, er det naturligvis vanskeligt at tage højde for, om hr. Hansen og fru Christensen har lyst til at sidde sammen. Ikke desto mindre er det særligt i leve- og bomiljøer uhyre væsentligt, da beboerne her sættes sammen i mindre grupper. I disse grupper opfordres de til at spise ét og gerne to måltider sammen dagligt, ligesom de har mulighed for at være med i tilberedning af maden sammen med personalet. Beboernes mulighed for at deltage i tilberedning og spisning vil variere. Derfor er den indretningsmæssige fleksibilitet af det fysiske spisemiljø vigtig. Det bør være muligt at inddrage grupperne således, at udviklingen i beboernes spise-kompetencer kan afspejles i den måde, hvorpå personalet vælger at sætte dem sammen. Resultaterne af denne undersøgelse kan kvalificere debatten om, hvorvidt fremtidens plejecentre kun skal være leve- og bomiljøer. Vores og andres undersøgelser peger på, at der skal arbejdes med tilberedning af mad tæt på de ældre (Stroebele & De Castro 2004), som det finder sted i leve- og bomiljøer. Men de ældre, der sættes sammen, bør også have tilnærmet samme referenceramme. Det vigtige i denne sammenhæng synes derfor også at være en prioritering af personalets tid til at skabe et positivt samvær blandt beboerne.

Referencer

- Beck A. M. & L. F. Ovesen (2002). Body Mass Index, Weight Loss and Energy Intake of Old Danish Nursing Home Residents and Home-care Clients. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*. Vol. 16: 86-90.
- Elmståhl, S., Balbolli, V., Fex, G., Küller, R. & Steen, B. (1987). *Hospital Nutrition in Geriatric Long-term Care Medicine. Effects of a Changed Meal Environment. Comparative Gerontology* Vol. 1: 29-33.
- Høeg, D. & Nielsen, E. B. (2004). *De institutionelle rammers betydning for samarbejdet mellem plejehjemsbeboere, pårørende og personale - en historisk belysning. Samarbejde mellem plejehjemsbeboere, pårørende og personale - en treklang med mislyde? Antologi (2)* Hellerup: Videnscenter på Ældreområdet.
- Kjøgx Pedersen, I. (2002) "Drømmen om gamle dage" *Weekendavisen* 31. maj.
- Kofod, J. (2000). *Du er dem du spiser sammen med. Et brugerperspektiv på den offentlige måltidsservice*. Fødevarer rapport nr. 9. København: Fødevaredirektoratet.
- Kofod, J & Birkemose, A. (2004). Meals in Nursing Homes. *Scandinavian Journal of Caring Sciences* Vol 18: 128-134. Oxford.
- Mathey, M-FAM., Vanneste, VGG., de Graaf, C., de Groot, LCPGM., & van Staveren, WA. (2001). Health Effect of Improved Meal Ambience in a Dutch Nursing Home: A 1-Year Intervention Study. *Preventive Medicine* Vol 32: 416-23.
- Stroebele, N. & De Castro, J. M. (2004). Effect of Ambience on Food Intake and Food Choice. *Journal of Nutrition* 20(9): 821-838.