

De gode madkasser

Hvornår har en borger brug for 'madkasser'?

DGS konference:

Overgange i ældrelivet, 29-30.okt 2018

Irene Nørlund og Lise Justesen

Lektor, PhD

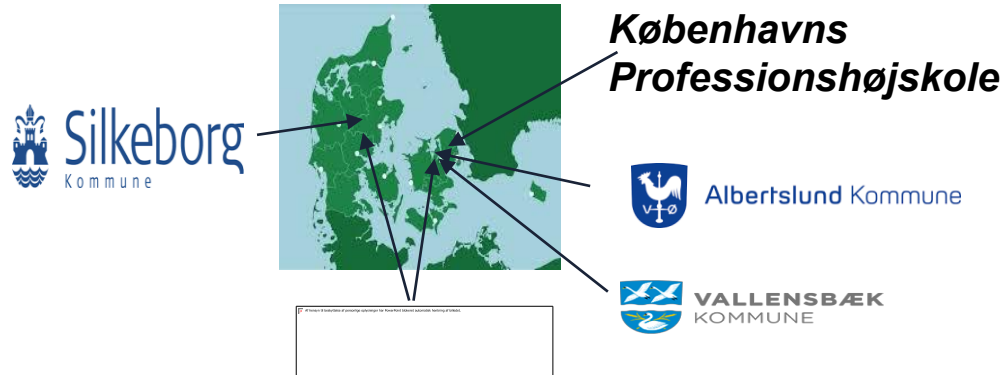
Ernæring og Sundhed, Københavns Professionshøjskole



Agenda

- De gode madkasser – projektbeskrivelse
- Delundersøgelser –
målgruppeundersøgelse: hvordan spiser de
ældre?
- Konklusioner fra interviews
- Hvornår har man behov for
madkasser/madservice?
- Hvordan kan madkasser/madservice bidrage
til rehabilitering?

De Gode Madkasser



Cooperation with 3 Municipalities, The Danish FoodHouse, and University College Copenhagen

Project 2017 to May 2020

660.000 Euro



Formålet med De Gode Madkasse



At forbedre de ældre borgers ernærings- og væskestatus

At øge eller fastholde borgerens madrelateret funktionsevne og indflydelse på eget måltid ved at arbejde med forskellige typer og niveau af gode madkasser

At øge livskvalitet, herunder den madrelaterede livskvalitet, gennem forbedrede måltidsoplevelser og levering af mad af høj kulinarisk kvalitet



Hvad ønsker vi at opnå med indsatsen?



- Reducere antallet af genindlæggelse og forebyggelige indlæggelser
- Øge antallet af ældre, der starter på og gennemfører et genoptræningsforløb
- Øge antallet af ældre der kan forblive i eget hjem



Projekt design



Fase I: sept 17- dec 18.

Identificere 10-13 typer af madkasser på baggrund af litteraturstudie samt målgruppe interview

Udvikle 3 grund madkasser med et kvalitetsmæssigt næringsindholdet og kulinarisk kvalitet.

Planlægge opskalering i Det Danske Madhus

Fase II: jan19-dec 19

Opskalering i Det Danske Madhus – 3 madkasser udvælges

Interventionsstudie – en madkasse afprøves i hver kommune

Fase III: jan 20- juni 20

Fremadrettede implementeringsproces – hvordan kan madkasserne realiseres i praksis?

Formidling: Inspirationshæfte og implementeringskatalog

Status på fase I

Sundhedsdata ✓

Litteraturstudie ✓



Målgruppe-analyse

Identificering af hovedkasser og målgrupper

Interventionsstudiet –
implementering i
kommunerne

Proto-typeudvikling

Opskalering - DDM



Identificering af hovedkasser og målgrupper

Litteraturstudie samt indhentede sundhedsdata



14 Målgrupper identificeret :

- **Døgnkassen** (Kom fuld hjem) - + genindlæggelser
- **Den genoptrænende madkasse** (Six pack): Fra hospital eller hjemme
- **Den rehabiliterende madkasse** (Hænderne op af lommen): Ophold, enlige eller nye livssituationer
- **Den væskevenlige kasse** (To kolde fra kassen)
- **Samtalekassen** (Ku-Vært) Enlige eller par med syge pårørende
- **Synkevenlige og smagfulde kasse**
- **Ad libitum kassen** - Diæter med restriktioner (Aldrig mere nej tak)



Målgruppe analyse

Identifikation af målgrupper ✓
Udvikling af interviewguide ✓
Interview med 17 ældre borgere ✓
Transskribering ✓
Analysen ✓

NVivo-programmet – analyse redskab ✓

Meningskondensering ✓

Identificeret 6 overordnede temaer (Line og Lise)

mad præferencer, indkøb, ernæringsproblematikker, mestringsforløb
sygdomsforløb

Kodet alle 17 interviews (4 medarbejder) ✓

Tematisk analyse ✓

betydning for indhold af kasserne

betydning for strukturen af kasserne

betydning for rehabiliteringstænkningen

IDENTIFIKATION AF MÅLGRUPPER TIL MÅLGRUPPEANALYSE

Ældre udskrevet fra hospitalet	Genindlagt ældre	Genoptræning hjemme	Genoptræning fra hospital	Rehabilitering hjemme	Rehabiliterings fra ophold	Inkluderer spørgsmål til	Visitationen	Genoptræning/rehabilitering Hjemme-hjælp
MG 1 interviews Med madservice	MG 3 interviews Med madservice	MG 5 interviews Med madservice	MG 7 interviews Med madservice	MG 9 interviews: Med hjælp og madservice	MG 11 interviews Med hjælp og madservice	Rehydrering Samtale Synkevenlige kasse	MG 13 1 interview I hver kommune	MG 14 1 interview Hjemmeplejen/ergo/fys i hver kommune
MG 2 interviews Uden madservice	MG 4 interviews Uden madservice	MG 6 interviews: Uden madservice	MG 8 interviews Uden madservice	MG 10 interviews Uden madservice	MG 12 interviews Uden madservice			

Målgruppeanalyse

Formål:

At konkretisere mulige indhold af madkasser på baggrund af interviews med ældre borgere i hhv. Albertslund, Vallensbæk og Silkeborg kommuner.

Hvordan skal madkasserne udformes, leveres, præsenteres (information)

Hvilke præferencer: specifikke retter/mellem måltider/forarbejdningsgrader /portionsstørrelser

Hvad skal madkasserne indeholde fødevarer/ forarbejdningsgrader / holdbarhed /typer af måltider

Hvordan kan kasserne bidrage til bedre ernæringsstatus, livskvalitet og madrealteret funktionsevne (mestringsstrategier)

Hvem er de mest relevante og mulige målgrupper til kasserne



Målgruppeanalyse

Hvordan vi erkender vi viden



Viden gennem sprog og refleksion i (det vi “pejler” at gøre – kognitivt erkendt)

Forsknings-interview

Afdække: Undersøge informanternes oplevelser, erfaringer med deres mad og måltider i deres situation – tidligere og nu

Det kliniske interview – fokus på forandring og løsning - mål og middel

AMPS-test (assessment of motor and process skills) - kvaliteten af daglig udførte aktiviteter
'SMART' (Specific-Measurable-Achievable, Realistic/Relevant Time)

Hvad skal der til for at du kan nå dit mål – hvad skal madkasserne kunne

Viden gennem sansninger

Sanselig etnografi

At spise kage sammen andre erkendelser - konkrete kropslige og materielle

Research Driven Photo Elicitation (hukommelse, abstrakthed, følelser)

Målgruppe-analyse



Målgruppeanalyse



Forskningsspørgsmål

Beskrivende:

Hvorledes (beskrivende) praktiseres mad og måltider i informantens nuværende situation

ift: tidligere hoved- og mellemmåltider

Analyserende:

Hvorledes opfattes /opleves nuværende mad- og måltidspraksis

ift: tidligere, hoved- og mellemmåltider samt betydning for ernærings status, funktionsevne, livskvalitet

Forandringer:

Hvilken mad og måltidspraksis vil den ældre fremadrettet gerne kunne bestride
hvad kæver det af op-øvning /hjælp (kognitivt/fysiske hjælpemidler)

Hvad betyder det for madkassernes indhold mv.

Målgruppe-analyse

Transskribering og Analysestrategi

- Meningskondensering
- Identificering af temaer (tre trins raket – beskrivende, analyserende, forandrende)
- Meningsfortolkning (4 kollegaer)

Hvordan skal madkasserne udformes, leveres, præsenteres (information)

Hvilke præferencer: specifikke retter/mellem måltider/forarbejdningsgrader /portionsstørrelser

Hvad skal madkasserne indeholde fødevarer/ forarbejdningsgrader / holdbarhed /typer af måltider

Hvordan kan kasserne bidrage til bedre ernæringsstatus, livskvalitet og madrealteret funktionsevne (mestringsstrategier)

Hvem er de mest relevante og mulige målgrupper til kasserne

Målgruppe analyse

Meningskondensering (Identificerede temaer)



Tema 1: Præferencer ✓

Undertemaer: morgen, middag, aften og mellemmåltider

Tema 2: Mestringsforløb ✓

Undertemaer: strukturelle, omgivelser, personlige

Tema 3: Indkøb

Tema 4: Madservice

Tema 5: Ernæringsproblematikker

Undertemaer: ernæringsdrikke, strategier for at spise, portionsstørrelser

Tema 6: Måltidet generelt

Tema 7: Sygdomsforløb



Målgruppe analyse

Analyserede temaer

Tema 1: Præferencer (givet videre til prototype-udviklingen)

Undertemaer: morgen, middag, aften og mellemmåltider

- traditionelle måltidsmønstre
 - aften=varme, frokost=kolde, morgen=frokost
- traditionelle måltidsretter
 - kartofler og kød (sundhedsdiskurs)
- mellemmåltider – spektret mellem ernæring og kulturelle
 - de lette og hurtige (hapser)
 - de sociale (eftermiddagskaffe)



Mestringsforløb

Analyserede temaer

Tema 2: Mestringsforløb

Spektre:

Funktionsevne: fuld madservice-----selvhjulpen

Mestring: lille motivation -----høj motivation
og evne til at mestre og ville mester (kompensere)

strukturelle: kommunen underbygger en mestring (hjemmeplejen, visitationen, mv)

omgivelser: naboer, børn og fysiske omgivelser

personlige: i maden, måltidet og organiseringen af maden



Personlig mestring 1

Personlige Mestring (kognitivt som fysisk)
Spektre autonomi: autonomi delvis
inddragelse---autonomi i hele måltidet

Personlig mestring 2



Organisere maden:

Rengøring, opvask, indkøb, varer på plads,
planlægning af indkøb, økonomi, prioritering,
planlægge fremadrettet, organisere et køleskab

Finde forstå og avende opskrifter, evnen til at bestille
mad, mestring af tid og prioritering af tid



Personlig mestring 3

Maden:

- håndtere holdbarhedsforlængende metoder (frost/køl/varmebehandling)
- håndtere råvarer (hakke, skære snitte, skrælle mv)
- håndtere tilberedningsmetodikker i forskellige grader (stege, koge, bage mv)
- håndtere tilsmagningsmetodikker
- håndtere emballage
- evne til at omsætte ernæring til mad /proteiner/væske/
- tryghed i at turde arbejde i køkken (ikke falde)

Personlig mestring 4



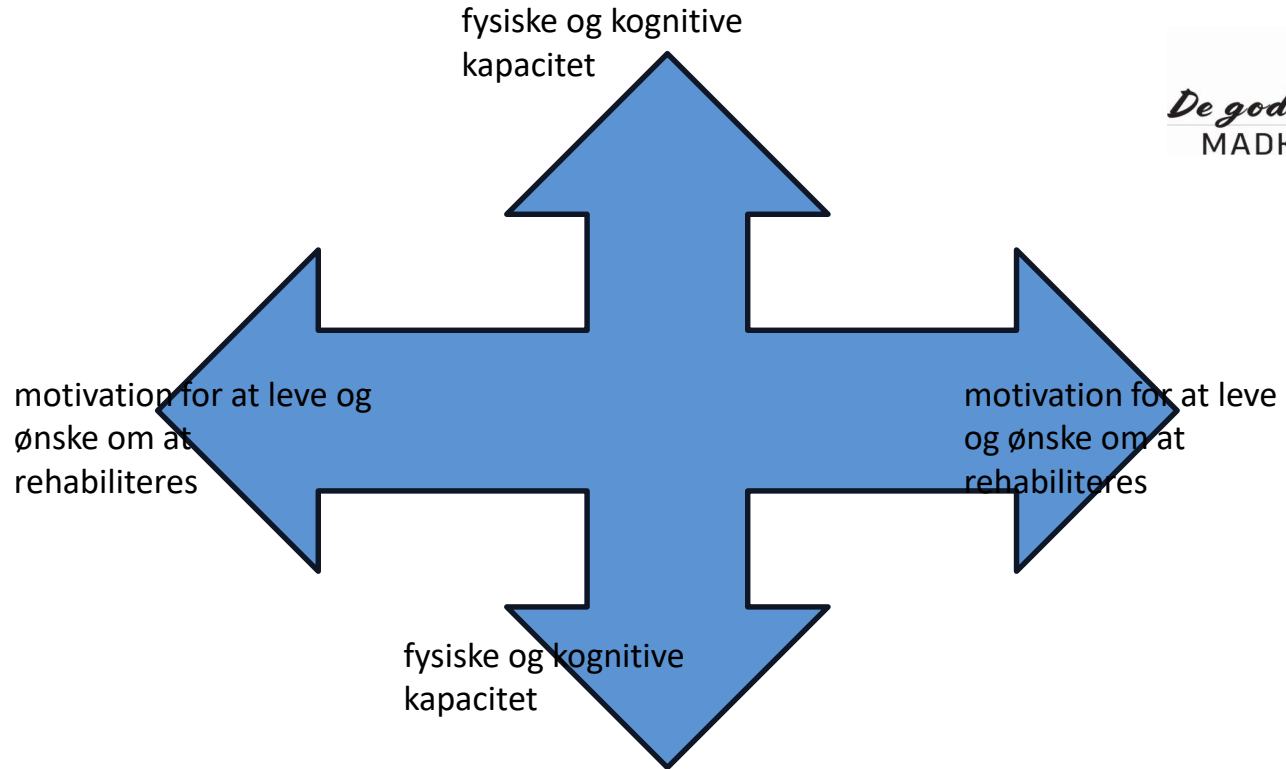
Måltidet:

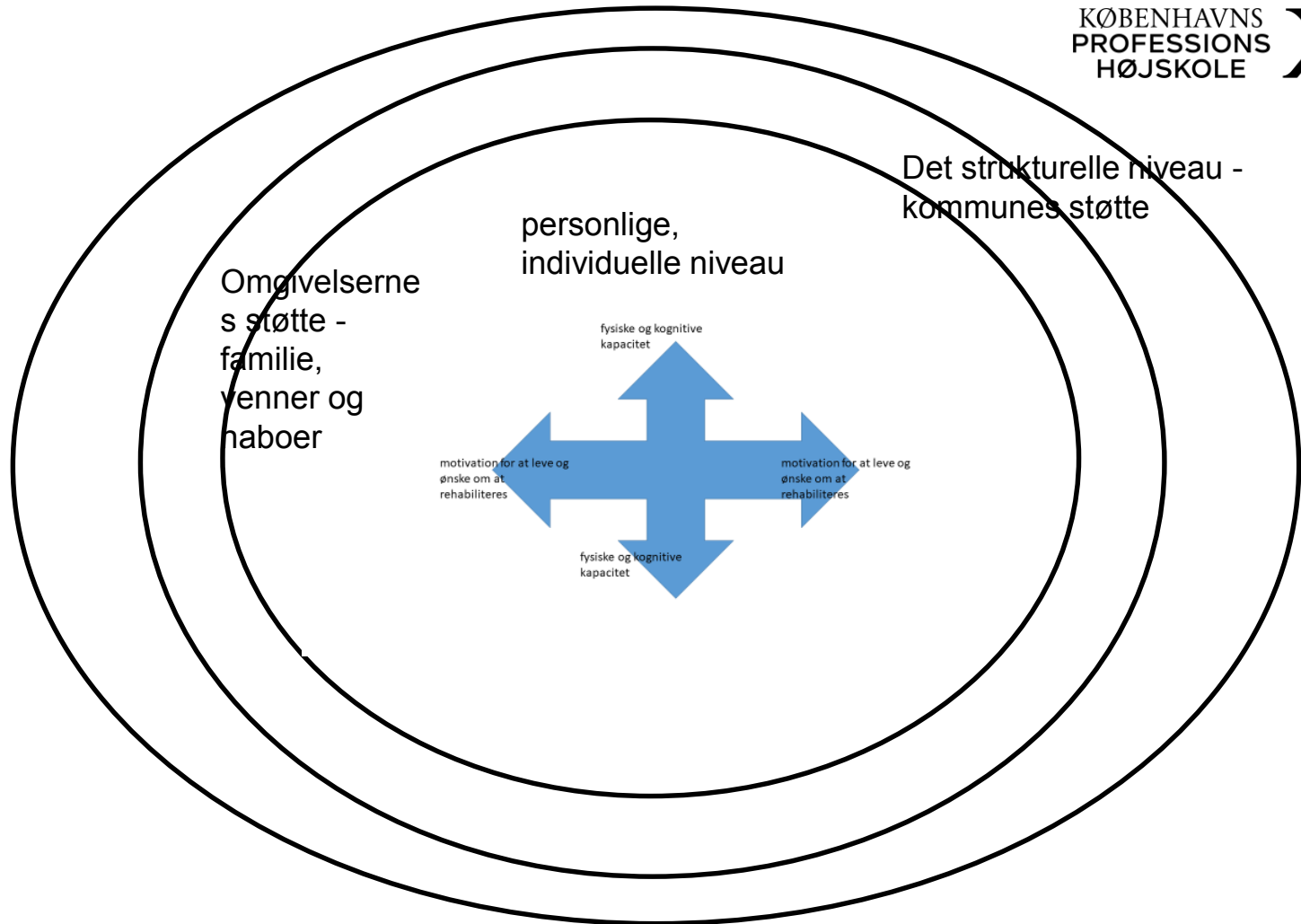
- Anrettet, spisestedet, vurdere portionsstørrelser
- Tømme opvaskemaskine, sætte ting frem og tilbage
- Sociale element – fastholdelse af netværk – fra måltid til kaffe og kage

Personlig mestring 5



- Livsmestring- at kunne selv – at kompensere så man stadig har autonomi i forskellige grad, evne til at tage initiativ
- Accept – at springe over hvor gærden er lavest
- Omstillingsparathed – er er som før – men køber nu skriveskåret ost





Hvornår er der behov for madkasser?



Hvornår er der behov for madkasser?



- Døgnkassen – hjem fra hospital
- Fuld forplejning 8 uger
- Ikke behov for egne indkøb
- Evt. overgang til rehabiliterings- eller genoptræningskassen, eller evt. madservice

Hvornår er der behov for madkasser?



- Genoptræningskassen
- Mellemmåltider med ekstra protein
- Mange er for svage til genoptræning ved hjemkomst fra hospital
- Uklarhed om hvad mellemmåltider er!
- Behov for egne indkøb

Hvornår er der behov for madkasser?



- Rehabiliteringsmadkassen, kun aftensmåltid
- Den mest innovative tilgang
- Den kan gradueres efter hvor meget den ældre selv kan klare gennem indholdet i madkasserne
- Den fratager ikke autonomi hos den ældre, som selv kan bestemme hvordan råvarerne i madkassen skal tilberedes, f.eks. Æg, grøntsager, kød



Hvornår er der behov for madkasser?

- Overgang fra at være selvhjulpen til at være afhængig af hjælp fra andre er det afgørende skridt for den ældre
- Rehabiliteringskassen kan ses som en overgangssituation hvor den ældre stadig bevarer en vigtig autonomi
- Rehabiliteringskassen kan lede tilbage til fuld autonomi for den ældre

Hvornår er der behov for madkasser?



- Madkasserne kan ikke stå alene
- Det kan ikke klassificeres på forhånd, med kan ske bl.a. vha de to tilgange vist ovenfor: niveau af selvhjulpenhed og hvem der er i omgivelserne til at hjælpe
- Visitation/ mestringsteam/ hjemmehjælp skal klædes på til at vurdere, hvor den ældre har behov, herunder inddrage familie og naboer til at hjælpe den ældre på en balanceret måde
- Madkasserne skal ikke gives automatisk, da det fratager autonomi hos den ældre



Hvornår er der behov for madkasser?

- Madkasser er, ligesom madservice fra kommunen, et skridt på vejen i den mindre autonomi for den ældre
- Det skal gives på det rigtige tidspunkt, ikke nødvendigvis for tidligt!
- En del ældre ønsker ikke mad udefra, men accepterer det, når det er nødvendigt
- Det er vigtigt at mad og måltider er en naturlig del af rehabiliteringsindsatsen fra kommunen, da der er både essentielle fysiske og kognitive forhold der gør sig gældende for at få (den rigtige) mad
- Mad og måltider er en vigtig dimension af ældrelivet, som ofte overses eller tages for givet, og som samtidig øger livskvaliteten

Hvornår er der behov for madkasser?

Tak fordi du lyttede!