



Livsmedelsakademien



Livsmedelsverket



Stockholms stad



NOLL



Nollvisionen för undernäring hos äldre

CUVIVA



MatItem.se
din matbutik på nätet

OM UNDERNÄRING



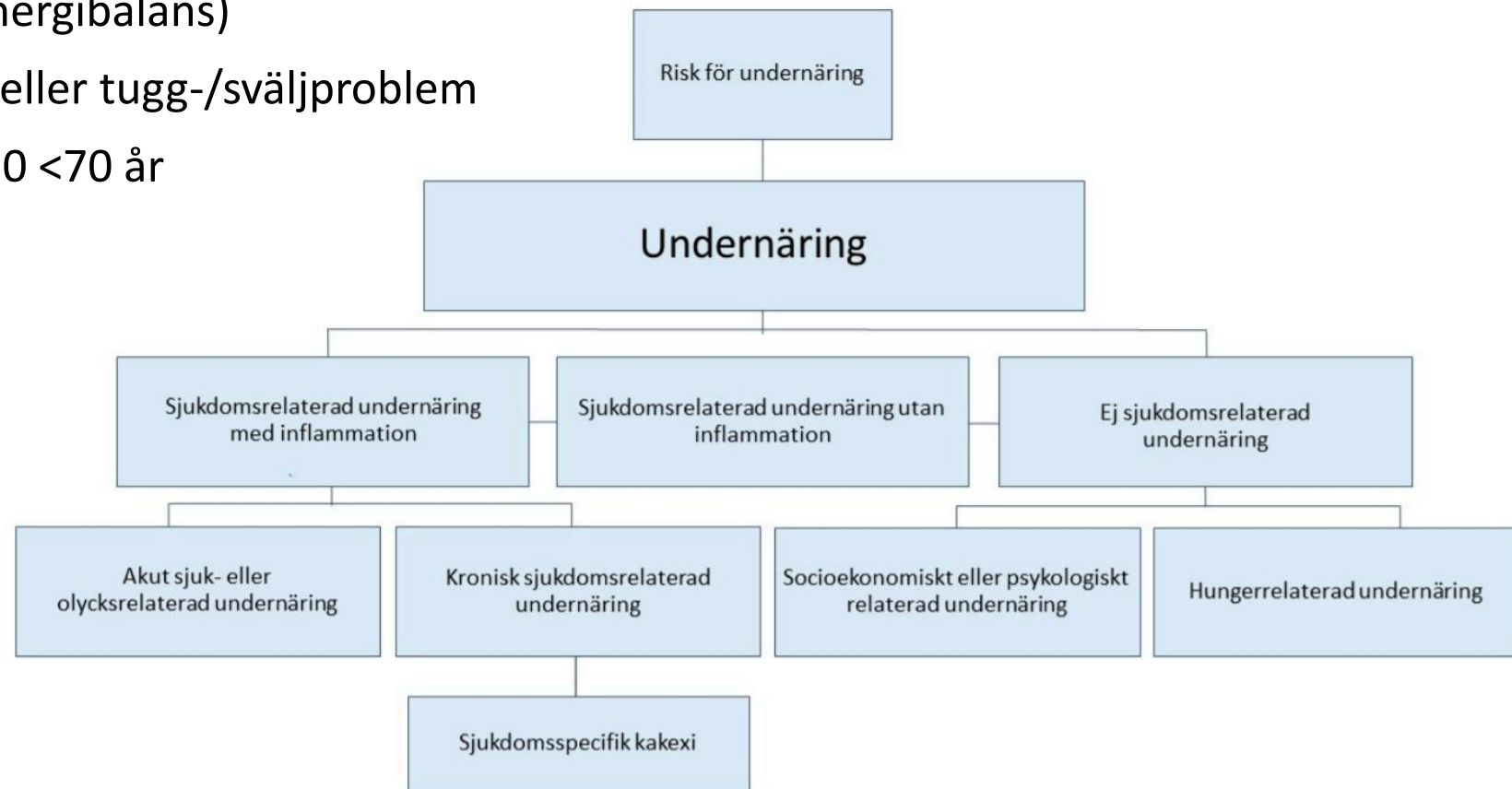
Definition av begreppet undernäring

”Tillstånd där brist på energi, protein eller andra näringsämnen har orsakat mätbara och ogynnsamma förändringar i kroppens sammansättning, funktion eller av en persons sjukdomsförlopp”.



Identifiering av undernäring

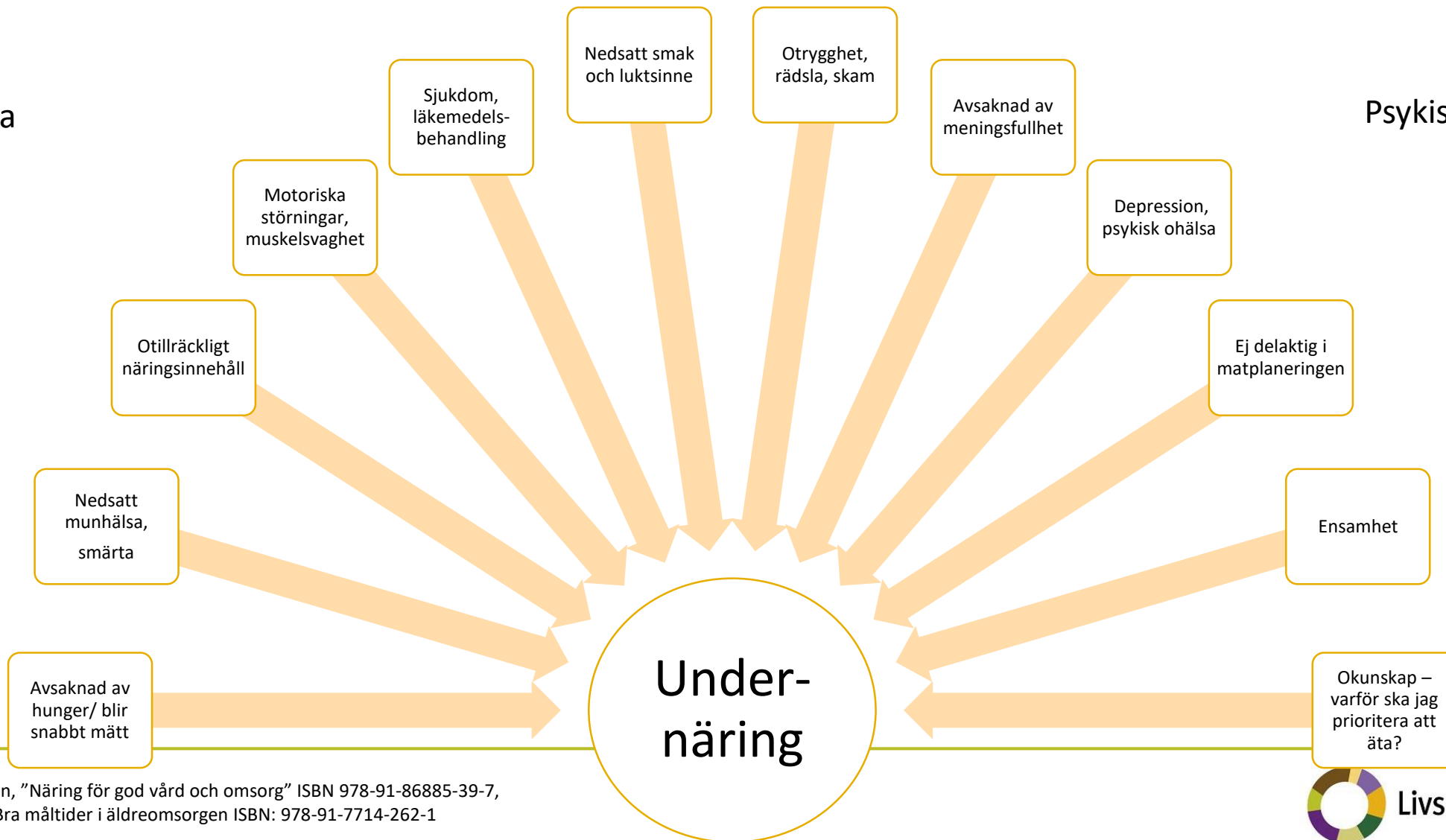
- Ofrivillig viktförlust (negativ energibalans)
- Ätsvårigheter som aptitlöshet eller tugg-/sväljproblem
- Undervikt, BMI är mindre än 20 <70 år eller mindre än 22 >70 år
- Riskbedömningar som identifieringsverktyg



Riskfaktorer för undernäring hos individen

Fysiska

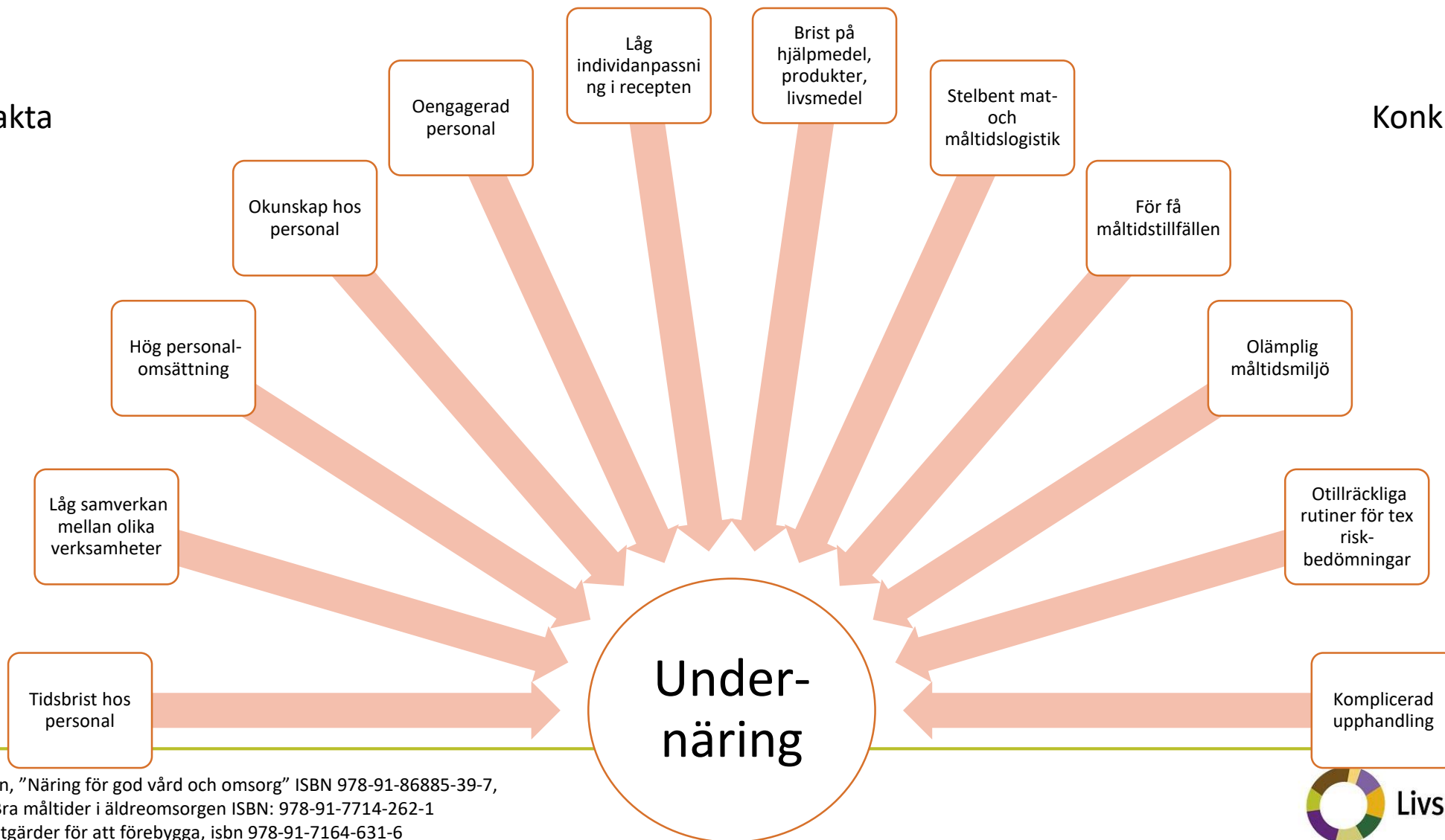
Psykiska



Riskfaktorer för undernäring hos organisationen

Abstrakta

Konkreta



PROBLEM- BESKRIVNING



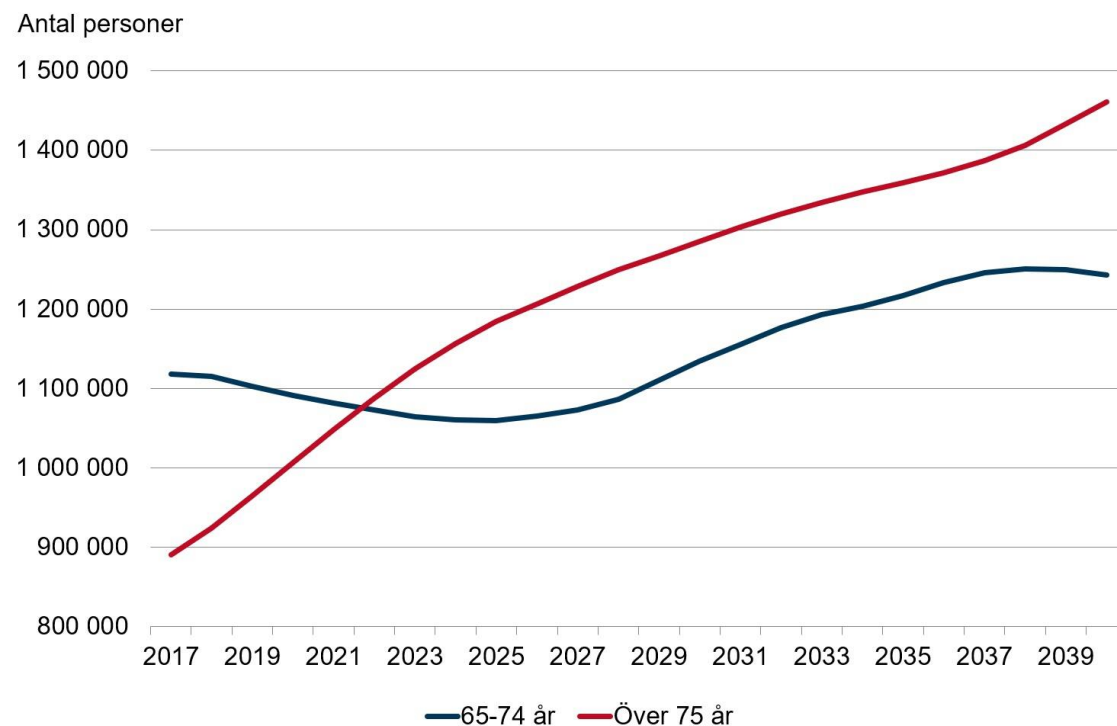
Ett välkänt (?), komplext och onödigt stort problem

- Undernäring är ofta en oavsiktlig följd av åldrandet som kan förebyggas
- Sex av tio är eller riskerar att bli undernärda
- Idag får bara ca var femte som är i riskzonen för undernäring hjälp
- De flesta med risk för undernäring bor hemma

En ökande befolkningsgrupp

- Antalet äldre kommer öka drastiskt de kommande åren – prognos nedan:
- Människor lever idag längre än tidigare

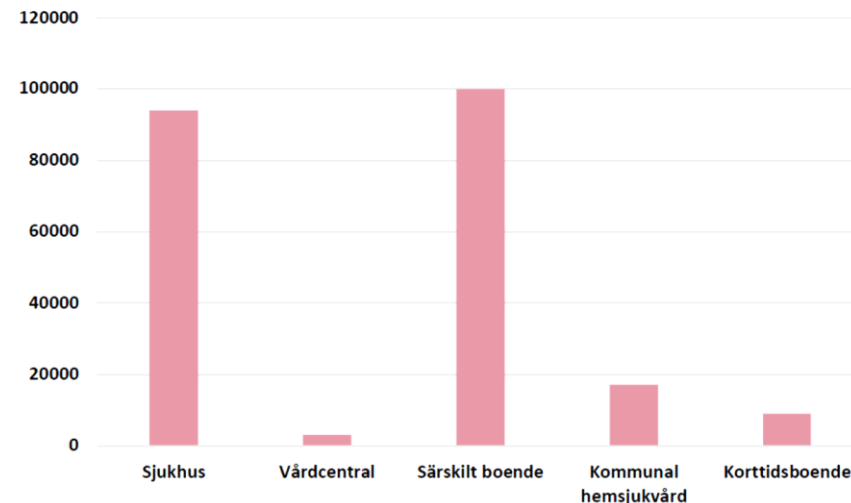
→ Problemen med undernäring måste förebyggas för att undvika en stor kostnadsökning inom vård och omsorg de kommande åren



Den äldres levnadsförhållanden

- Av alla som är 65 år eller äldre bor drygt 95 procent i ordinärt boende
- Andelen äldre med omfattande vård- och omsorgsbehov i ordinärt boende ökar när fler lever i sitt egna hem längre
- Det görs mycket få riskbedömningar i den kommunala hemsjukvården och i ordinärt boende.
- Undernäring uppmärksammas och åtgärdas ofta först när de äldre kommer i kontakt med sjukvården
- Över 35 % av de som flyttar till särskilt boende är redan i risk för undernäring när de flyttar in

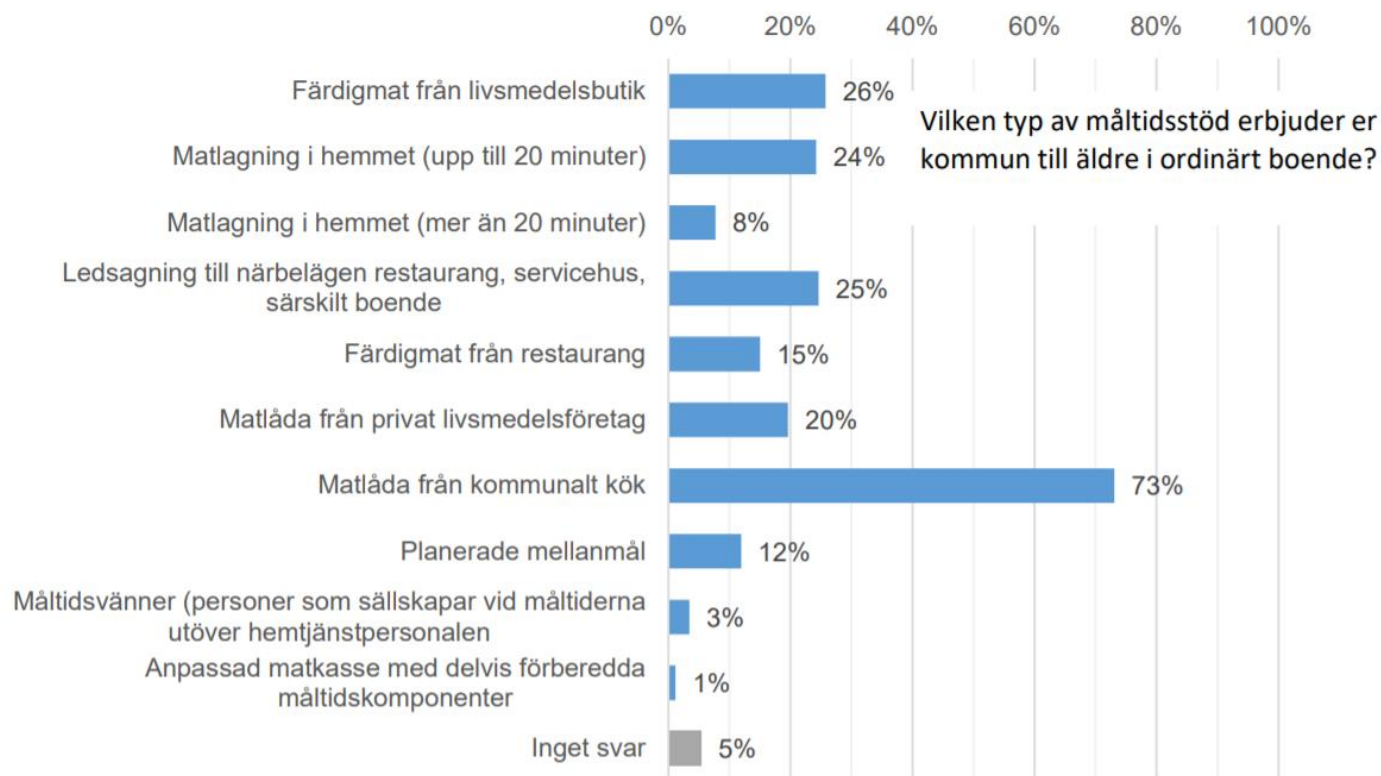
Diagram 7. Antal riskbedömningar i olika typer av verksamheter, Senior Alert



Estimerat	Särskilt boende, korttidsboende	Ordinärt boende, m/u hemtjänst
Antal +65 år	100 000 (5 %)	1 900 000 (95 %)
Antal undernärda	16 %	14 %
Antal i riskzonen	46 %	40 %
Totalt antal undern.	16 000	266 000

Befintligt måltidsstöd för ordinärt boende

- Matlåda vanligast
- "Oförändrat" sen 2006
- Bra initiativ fått låg spridning
- För få alternativ!



STORT EKONOMISKT & INDIVIDUELLT LIDANDE



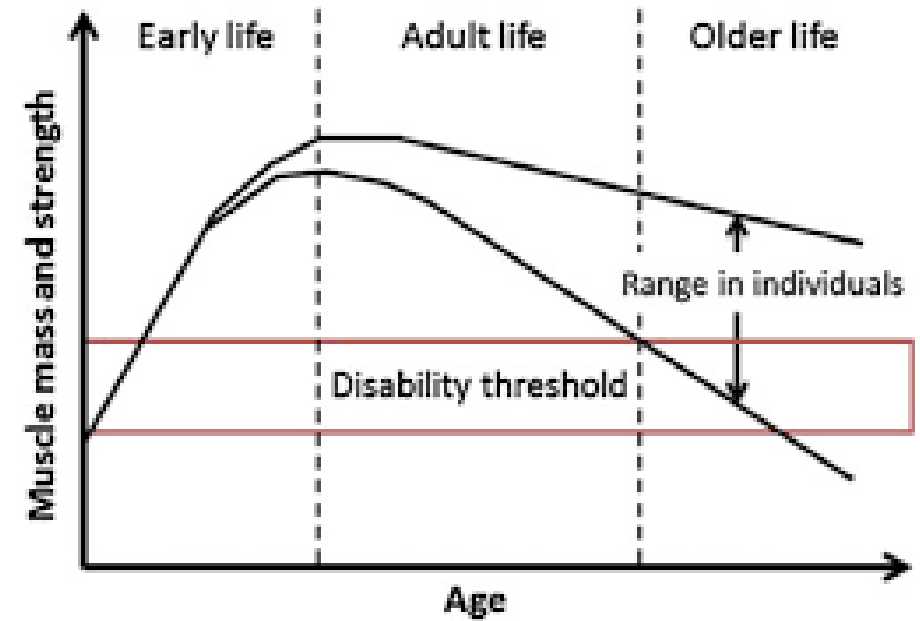
Undernäringens följder

Personligt lidande

- Yrsel, depression, nedsatt allmäntillstånd
- Sarkopeni – muskelförtvining och muskelsvaghet
- Fallolyckor, trycksår, infektioner
- Längre sjukhusvistelser och rehabilitering
- Följsjukdomar, vårdkomplikationer och för tidig död
- Anhörigas insatser kräver resurser och tid

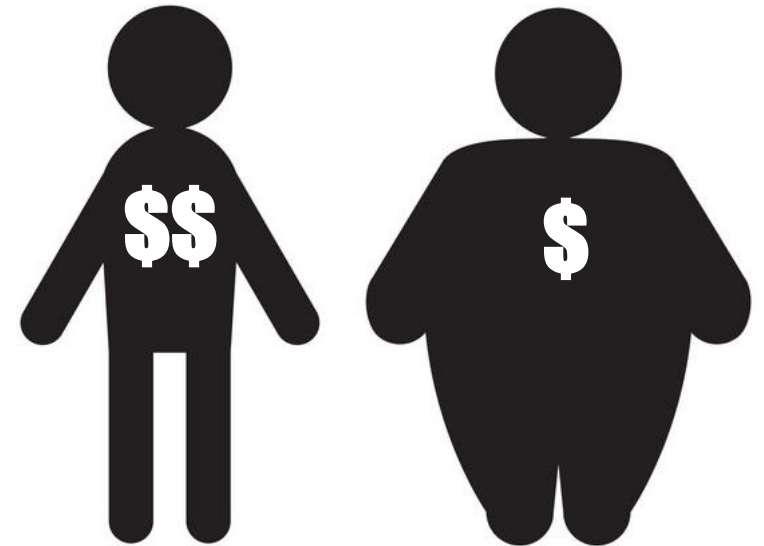
Ekonomiskt lidande

- Längre sjukhusvistelser och rehabilitering
- Ökat vårdbehov vid hemkomst
- Fördyrande måltidsinsatser t.ex. specialkost och äthjälpmiddel



Omkostnader och sparpotential

- Samhällskostnaderna för undernäringens direkta och indirekta följder uppgår till tiotals miljarder kronor per år
 - En undernärld patient kostar ca 10 000 mer att vårda per dygn än en välnärld
 - Undernäringen inom vård och omsorg kostar i runda tal **dubbelt så mycket** som övervikt
 - Sjukhusvistelsen för en undernärld patient är ca 3,4 dagar längre än för en välnärld patient
- Ingen statistik finns att tillgå på undernäringens totala samhällskostnader i både sjukvård och omsorg för Sverige – här behöver vi komplettera!



Källa:

Hälsoekonomi vid undernäring bland äldre; Kjeld Møller Pedersen, professor i hälsoekonomi, Syddansk Universitet (perspektiv.nu)

Nutritionsnätverket+SPF Seniorerna; Det undernärda Sverige

Elia M et al: Clinical and economic outcomes of nutrition interventions across the continuum of care

Jämförelse kostnader utifrån andra länder

- Kostnaderna är beräknade som den marginella extra kostnad som uppstår inom sjukvård och äldreomsorg på grund av undernäring.
- I tabellen nedan presenteras resultaten och vad de skulle motsvara för Sverige, baserat på befolkningsmängd.
- De siffror som redovisas är mellan 6-11 år gamla. Tar man hänsyn till den kostnadsökning som skett under den tiden skulle de svenska resultaten vara ca 40 % högre, tex 32 Miljarder SEK jämfört med UK.

	Tyskland	Nederländerna	Storbritannien	Irland
mdr kr	81	17	135	14
Sverige mdr kr	10	10	23	38

**MÅNGA GÖR
MYCKET - MEN
LITE FÖRÄNDRAS**



Fråga som engagerar

- Råd och riktlinjer
 - SKL – ”Undernäring – åtgärder för att förebygga”
 - SLV – ”Bättre måltider i äldreomsorgen - vad har gjorts och vad behöver göras”
 - Socialstyrelsen – ” Att förebygga och behandla undernäring”
- Intresseorganisationer uppmanar
 - SPF Seniorerna, Nutritionsnätverket
 - Dietisternas riksförbund
 - PRO
 - Kost & Näring
- Många genomförda (tidsbegränsade) satsningar med varierande resultat →

	2005	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014
Kompetensstegen										
Stimulansmedel för att höja kvaliteten i äldreomsorgen										
Livsmedelsprojekt inom "Sverige – det nya matlandet"										
Senior alert inom satsningen Mest sjuka äldre										
Omvårdnadslyftet										

Figur 2. Nationella satsningar under perioden (2005) 2006–2014 där kommuner och landsting har haft möjlighet att söka stimulansbidrag eller erhållit prestationsersättning för utvecklingsprojekt eller utbildningssatsningar där området mat/måltid/nutrition i äldreomsorgen ingått.

Vi *kan* mycket – men kan *göra* mer

”En god måltidsordning med flera mellanmål och nattfasta < 11 h”

Kommunal matlåda vanligast

”Tydliggör ansvaret för mat- och måltidsfrågor på myndighetsnivå och i lagstiftningen.”



”Oförändrade måltidstjänster sen 2006”

Inför måltidskunskap som obligatorisk kurs på alla vård- och omsorgsutbildningar.



Vår skyldighet att agera



Det behövs ett fungerande ekosystem runt den äldre individen!



Vilka funktioner bidrar i ekosystemet?

- **Lagar, regler, direktiv och policy**
 - Riskdag, regering, departement, verk
- **Genomförande inom lag och policy:**
 - Region (HoS) Kommun (Omsorg)
- **Produkter – varor ex livsmedel, måltider, tekniska hjälpmedel**
 - Företag
- **Tjänster ex hemtjänst, distribution, matkassar, sociala sammanhang:**
 - Företag, kommun, ideell sektor,
- **Forskning och nya rön ex om aptit, näring, prevention för äldre:**
 - Högskolor, Universitet, Forskningsinstitut, Företag



**NOLL UNDERNÄRDA
2030 GENOM ÖKAD
SAMVERKAN**



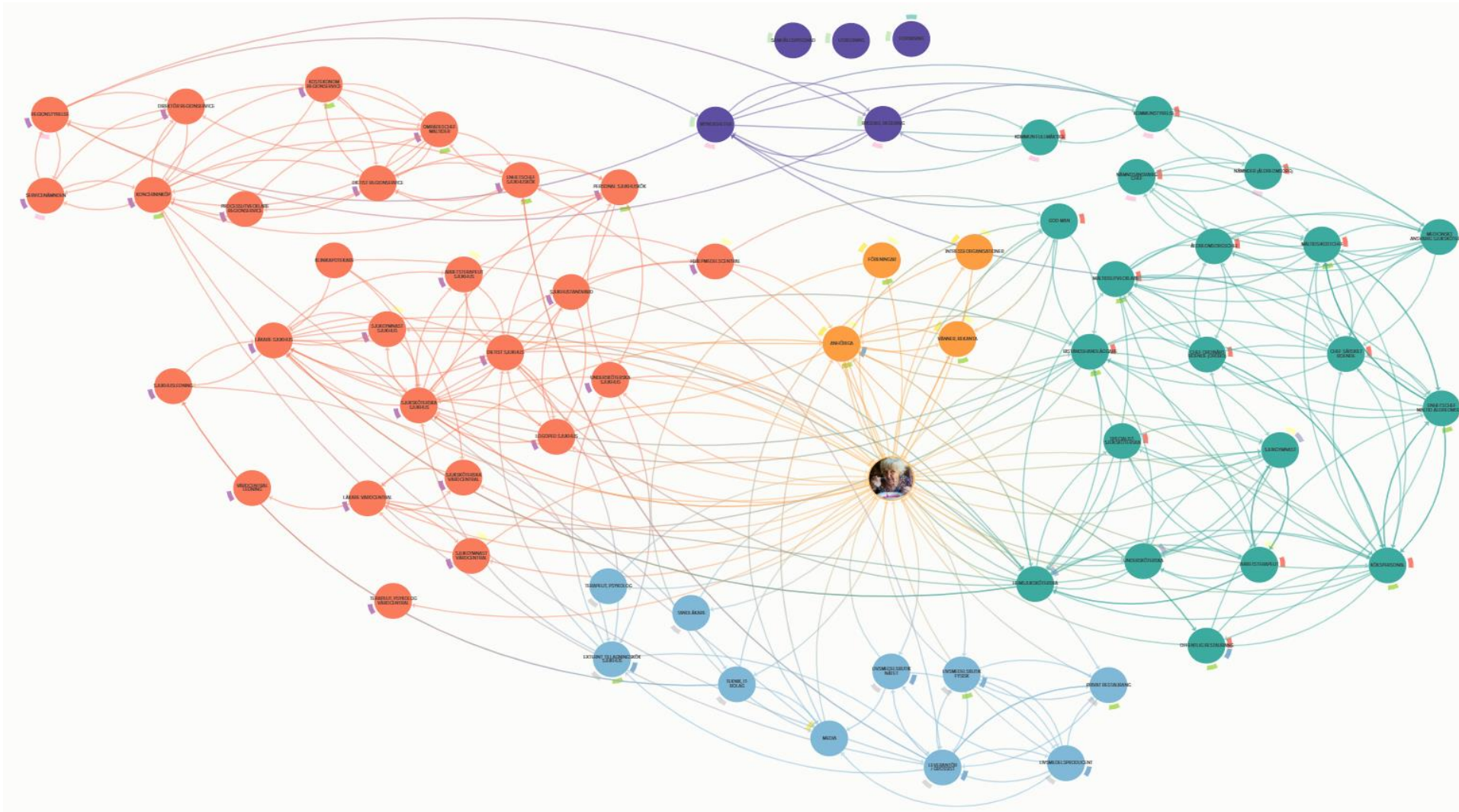
Nollvisionen steg 1

- Samla ekosystemet
- Definiera och visualisera ekosystemet runt den äldre
- Synliggöra och ta fram nya lösningar som kan hjälpa till att få bort undernäringen
- Summera en strategi med praktiska lösningsförslag som är implementerbara
- Engagera och sprida kunskap



En individ – hundratals kontakter för mat/hälsa

<https://kumu.io/nollvisionen/nollvisionen-for-undernaring#ekosystemet-runt-den-aeldre>



Innovationsgillet som metod

Systemiska möten som samlar ekosystemet.
Berättelser visualiserar problemställningarna.

1. Varför uppstår undernäring i ordinärt boende och hur kan det undvikas?
2. Vilka produkter och tjänster kan förebygga undernäring på kort och lång sikt?
3. Hur integrerar man dessa i ekosystemet runt den äldre på ett hållbart, systematiskt och långsiktigt sätt?



Tre innovationsgillen enade ekosystemet

Gille 1: Insatsområden

- Individcentrerad digitalisering
- Ökad måltidskompetens i samhället
- Måltidsglädje och social samvaro
- Anpassade produkter och tjänster
- Tidig identifiering av äldre som riskerar undernäring
- Undernäringens samhällsekonomi

Gille 2: Innovationsteman

- Motivation, matlust och belöning
- Ensamhet/sociala nätverk
- Utbildning – fokus på individen
- Robusta system – ”överbyggande, övergripande, standardiserat”
- Koppla samman stuprören i ekosystemet

Gille 3: Ekosystemets förändringsförmåga

- Otillräcklig individanpassning – one size doesn't fit all
- Samhällets stuprör – två huvudmän
- Saknas grundkunskapsnivå i samhället för livsmedel-hälsa
- Organisatoriska feltänk och resursbrister drabbar individen
- Kopplingen mat-medicin-hälsa saknas i vård/omsorg
- Attityden mot äldre och jämställdhetsproblematik

Insatser, piloter att ta vidare i steg 2	Område	Prio
Kunskapsplattform på nätet som samlar info om bra mat, produkter, varför man ska äta, hur man ska äta och var man kan äta med andra (socialt, utbildande, länkar till olika kanaler)	Digitalisering för förbättrad vård, omsorg och kommunik.	1
Självidentifiering genom nya digitala lösningar kopplade till vården – självskattningar/årliga kontroller som kan va för alla över en viss ålder (allmän gratis kontroll på VC)	Tidig identifiering av individer i riskzonen	1
Utbildning för allmänheten, nå personer i ordinärt boende och anhöriga Nationell kampanj som upplyser om 6-8 mål mat om dagen och äldres kostvanor Oldfluencers – Amelia Adamo tex	Kompetensökning hos personal och äldre individer	1
Matkasse för äldre med 6-8 näringstäta mindre mål mat per dag Mellanmålsabonnemang i kommun Privat mellanmålskasse för veckan	Anpassade produkter, tjänster och kommunikationssätt	1
Kommunalt pensionat med aktiviteter och sällskapsytor.	Måltidsglädje och social samvaro i hemmet och i omsorgen	1
Subventionering av mat och måltider för äldre, ex matkasse med 6-8 mål mat/dag (alt gratis mat/bistånd) Mat på recept – MOR och FAR (måltidsordning på recept) tex vid utskrivning från sjukhus	Ekonomi och politik för en proaktiv äldreomsorg	1
Motiverande system som kan uppmuntra den äldre att äta, påminna om måltider och inköp – gameification Digital måltidscoach i hemtjänsten	Digitalisering för förbättrad vård, omsorg och kommunik.	2
Studie för att titta på ekonomin kring undernäringen så vi kan motivera politiska beslut	Ekonomi och politik för en proaktiv äldreomsorg	2
Rikta sig till nya kanaler för att få ut information: kyrkan, idrottsföreningar, företag och tv/media med information,	Tidig identifiering av individer i riskzonen	2
Säkerställa grundkompetens i alla led genom en allmän utbildning som alla kan gå (nyanställda i fokus, centralt i Sverige) Kampanj inom vården – synliggöra konsekvenserna av sen upptäckt av undernäringen Ansvariglista på vem som gör vad, vem bär ansvaret för vad i vård o omsorgskedjan – tydliggör	Kompetensökning hos personal och äldre individer	2
Förpackningar som väcker förväntan och som är enkla att hantera Portionsförpackningar/mindre förpackningar så inget slängs Nya mellan/minimål behövs för att täcka dagsbehovet	Måltidsglädje och social samvaro i hemmet och i omsorgen	2
Välkomstbox med kunskap, tips, reklam och kuponger när man blir pensionär	Anpassade produkter, tjänster och kommunikationssätt	2
Fler ”minimål” i butik – och billigare!	Anpassade produkter, tjänster och kommunikationssätt	3
Dejtingapp – måltidsvän – koppla ihop ensamma äldre runt deras måltider	Måltidsglädje och social samvaro i hemmet och i omsorgen	3
Matlagningskurser för äldre – kommunala knutpunkter	Måltidsglädje och social samvaro i hemmet och i omsorgen	4
Butiksvandringar med kunnig person om vad som är bra mat för äldre, visa var maten finns och hur man ska äta	Anpassade produkter, tjänster och kommunikationssätt	4
Pensionärsrabatt i restauranger och i butiker på tider där det ändå är få gäster – after work	Anpassade produkter, tjänster och kommunikationssätt	5
Live it – upplevelsepresent som anhöriga kan ge bort, matlagningskurser för äldre	Anpassade produkter, tjänster och kommunikationssätt	6

Nollvisionen steg 2

- Implementera och testa nämnda piloter och projekt tillsammans med ekosystemet
- Få fram ett fungerande ekosystem med den äldre individen i fokus
- Initialt två kommuner som testbäddar
- Uppstart november 2019 med finansiering från gruppdeltagare och Vinnova
- Iterativ process – lärande, agerande, systemförändrande
- **Mål: noll undernärda 2030**

Samverkansform i steg 2

- **Kärnteam - projektledare**
(Livsmedelsakademin)
- **Pilotprojekt – team, delfinansiärer**
(kommuner, myndigheter, privata bolag mfl)
- **Ytterligare deltagare/konsulter tas in vid behov**
(ex livsmedelsbolag/teknikbolag/vårdgivare)
- **Community – följer oss och sprider kunskap**
(LinkedIN grupp, Sociala medier, Maillista)





Livsmedelsakademien



Livsmedelsverket



Stockholms stad



NOLL

Nollvisionen för undernäring hos äldre



CUVIVA



MatItem.se
din matbutik på nätet

Följ oss, dela och sprid kunskap om undernäring!

- **LinkedIn:**

<https://www.linkedin.com/groups/8732331/>

- **Maillista:** kontakta

martina.barte@livsmedelsakademin.se

- **Livsmedelsakademins hemsida och i sociala medier:**

www.livsmedelsakademin.se



Omnämmanden:

<https://www.svt.se/nyheter/lokalt/skane/nollvision-for-undernaring-bland-pensionarer>

<http://kavlinge.lokaltidningen.se/nyheter/2019-03-06/-K%C3%A4vlinge-pilotkommun-i-stort-nationellt-projekt-4333488.html>

<https://www.folkhalsasverige.se/vard-och-omsorg/aldre-far-lida/>

<https://www.livsmedelsforetagen.se/vill-ditt-foretag-bidra-till-arbetet-med-att-forhindra-undernaring-hos-aldre/>

<http://livsmedel.se/nyheter/vi-maste-bli-bättre-på-att-individanpassat-mat-och-maltider/>

<http://maltidsbloggen.se/2019/04/nollvisionen-for-undernaring-hos-aldre/>

<http://livsmedel.se/nyheter/mat-for-aldre-i-fokus-i-nytt-producentsamarbete/>

<https://www.hotellorestaurang.se/nollvision-for-undernaring-hos-aldre-i-ny-nationell-satsning-131244/nyhet.html>

