

Geriatriska Vårdenheten Höglandssjukhuset Eksjö "Att bryta nattfastan"



För att vi ska kunna fungera normalt behöver kroppen energi. Energi lagras i kroppen som fett, protein samt kolhydrater. Kronisk sjukdom samt ålderdom medför att kroppens resurser börjar reduceras, vilket medför att näringsintaget blir allt mer betydelsefullt. Då det dagliga energibehovet av mat och dryck ej uppnås använder kroppen sina energilager för att bibehålla sin kapacitet. Bristande energilager kan leda till minskad muskelmassa vilket är nödvändigt för att orka med de dagliga aktiviteterna som i slutändan är en förutsättning för vår självständigt.

För att motverka undernäring hos äldre är det viktigt att måltiderna sprids ut under dygnet och enligt Socialstyrelsen kan lång faste-period medföra konsekvenser såsom lågt blodsocker och därmed bör inte nattfastan överskrida mer än 10-11 timmar. För att bryta nattfastan bör nattmålet innehålla minst 100 kalorier. Hanteringen av att bryta nattfastan för de äldre har alltid varit ett bekymmer, även hos oss på Geriatriska vårdenheten. Orsaken till detta har bland annat berott på bristande rutiner. Ingen statistik har följts innan förbättringsarbetet och därmed saknas det hur situationen såg ut innan förbättringsarbetet start.



Målet

Målet är att finna en fungerande rutin på avdelningen för att minska nattfastan för de inläggande patienterna.

Metod

Inför projektet gavs både muntlig och skriftlig information till vårdpersonal och patient.

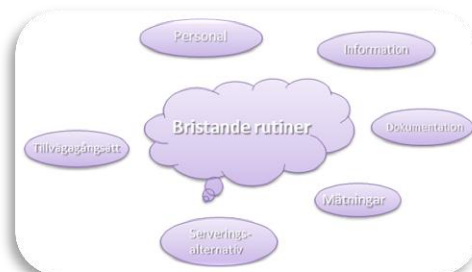
Test 1: En modul med 5 patienter deltog, serverades 30 ml näringsdryck i två veckor – rutin fungerade, projektet utökades.

Test 2: Hela avdelningen det vill säga tre moduller med 15 -18 patienter, serverades 75 ml näringsdryck vilket motsvarar 150 kalorier.

Varje modul har varsin "temp-lista" och en kolumn adderades på listan för nattfastan vilket således innebar att varje patient kunde markeras att de skulle erbjudas näring under natten. Dag-sjuksköterskan bockade i vilka patienter som skulle få och även bockade i undantag såsom patienter som fastade.

Natt-personal serverade näringsdryck under natten och registrerade på temp-listan vilka som tog emot och även orsaken ifall patient ej ville ha.

De förbrukade temp-listorna placerades sedan i ett fack för att veckovisa mätningar kunde genomföras. Resultatet sammanställdes till diagram via vårdadministratören och synliggjordes på resultatavtavan i avdelningskorridoren.



TEMPLISTA BLÅ modul												-dagen /				
Visa parametrar																
P1	Blodtryck		A-Fridolene		SAT		Puls		Temp		Avt	Blodt	Vikt	EKG	Natt läst	På natt svik innehåll
	Mått	Klass	Mått	Klass	Mått	Klass	Mått	Klass	Mått	Klass						
4																
7/2																
7/3																
7/2																
8/3																

P-BLUCOS					
Sum	Mi 08	Mi 12	Mi 16	Mi 20	TFA

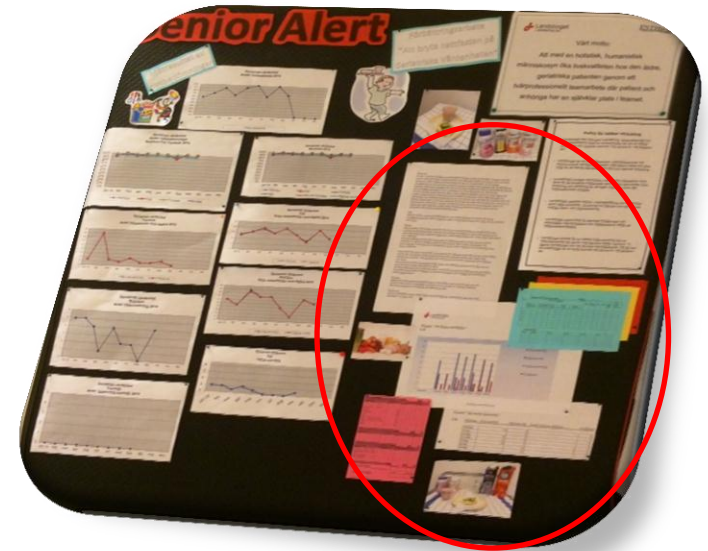
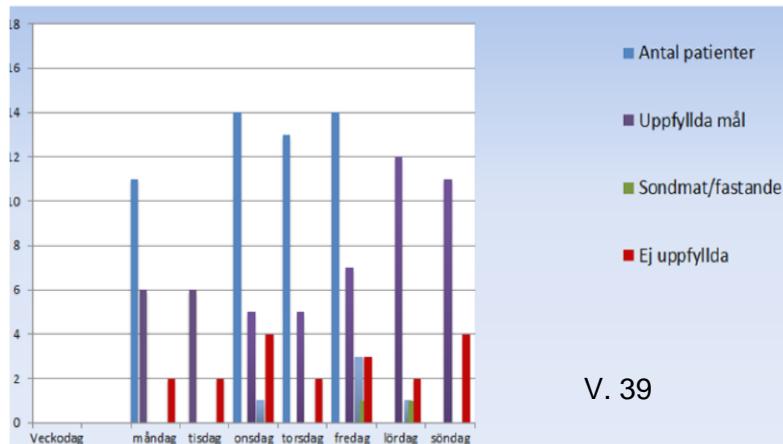
Resultat

Målet anses vara uppfyllt då uppdateringen av temp-listan visat sig vara en god rutin och dokumentation finns nu tillgängligt som påvisar hur brytningen av nattfastan tillämpas. Att minska nattfastan är fortfarande ett pågående projekt.

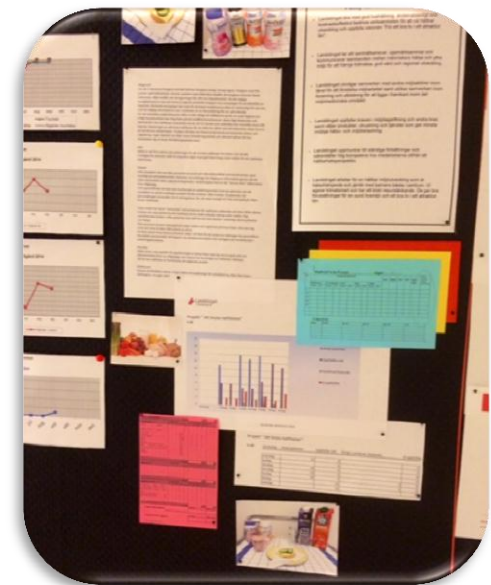
- Vecka 17: medelvärde 77 % uppfyllt
- Vecka 21: medelvärde 71 % uppfyllt (5/7 dagar)
- Vecka 23: medelvärde 76 % uppfyllt (6/7 dagar)
- Vecka 39: medelvärde 51 % uppfyllt
- Vecka 42: medelvärde 75 % uppfyllt.

Varför ej uppfyllda:

- Fastande
- Vill ej ha
- sover
- Sondmat



Presentation på avdelningen



Presentation av "Nattfastan"