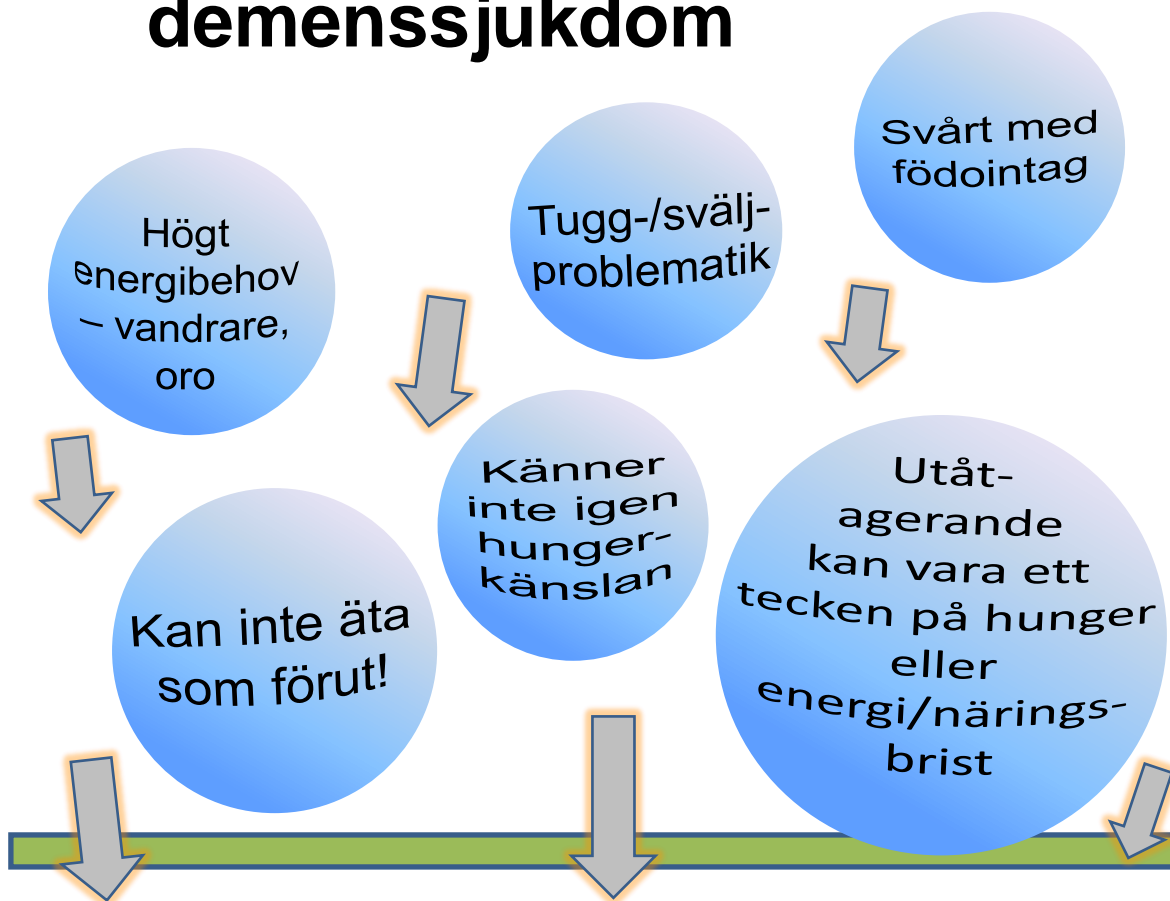


Risk för undernäring vid demenssjukdom



- En demenssjukdom påverkar även risken för trycksår, fall, ohälsa i munnen samt blåsdysfunktion

Åtgärder

- För säker mat och kostbehandling bör legitimerad dietist konsulteras.
- Ha en jämn måltidsfördelning över dagen, frukost, två lagade mål mat samt 2-3 mellanmål brukar behövas för att täcka behovet. Genom en kort nattfasta blir det fler timmar att fördela övriga måltider på. Elva timmar brukar rekommenderas som max.
- Försök välja mellanmål som innehåller protein. En äldre skör människa kan ha ett dubbelt så stort proteinbehov som en frisk yngre person.
- För att undvika aspirationspneumonier ska all mat och dryck till personen med tugg- och sväljsvårighet konsistensanpassas.
- Sätt in ätstödande åtgärder.
- Att duka efter säsong och högtid underlättar för personen med tidsuppfattningen.
- Skapa en ren och enkel måltidsmiljö.
- Duka med kontraster mellan maten, tallrik, tablett och duk. Använd stadigt porslin och glas, vassa knivar.
- Genom att servera maten på bordet blir det lättare för personen med kognitiv svikt att förstå att det är mat, det stimulerar även till att vilja äta mer.
- Extra noga att ha en regelbunden uppföljning av vikt helst även fysisk förmåga och muskelstyrka

*Referens: SIGN – Dietisternas Riksförbund
Sektionen för geriatrisk och gerontologisk nutrition*