







# Huskeliste for ernæringsobservasjon

Huskeliste for å observere hva som kan påvirke inntak av mat og drikke

	Legg merke til:	Notater:
	<b>Mennesket – Fysisk og psykisk</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Tygging og svelging av maten går uten problemer?</li><li>• Trøtt, slapp og orker mindre?</li><li>• Ensom, mindre glad eller forvirret?</li><li>• Kvalme, smerter og ubehag?</li><li>• Ved dusjing – er bruker blitt tynnere, mer ustø, skjelver eller er det andre forandringer med kroppen?</li><li>• Klarer bruker å handle mat selv?</li></ul>	
	<b>Munnhelse</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Sår munn, munntørrhet og smerter i munnen?</li><li>• Mangler egne tenner?</li><li>• Dårlig fungerende tannprotese?</li></ul>	
	<b>Medisiner og sykdom</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Er det noen bivirkninger av medisiner?</li><li>• Metthet av mange medisiner tatt samtidig?</li><li>• Er det endringer i brukers helsetilstand som kan påvirke mat- og drikkeinntak?</li></ul>	
	<b>Måltidet</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Sitter bruker godt?</li><li>• Er det behov for spesialbestikk?</li><li>• Gis tilbud om toalettbesøk og håndvask før måltid?</li><li>• Viser du bruker at du vasker hendene dine før måltidsservering?</li><li>• Gis det mulighet for at brukers mattradisjoner følges?</li></ul>	
	<b>Måltidsatmosfæren</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Nok tid og ro til å spise?</li><li>• Er maten som serveres fristende?</li><li>• Er bordet rent og ting som ikke har med måltidet å gjøre ryddet bort slik at det blir trivelig å spise?</li></ul>	
	<b>Mattilbud</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Spises det mer enn 3 måltider per dag?</li><li>• Er det tilgang på mat utover måltidene?</li><li>• Spiser brukeren middag?</li><li>• Er maten variert?</li><li>• Går det mer enn 11 timer mellom kveldsmat og frokost?</li><li>• Gis råd og tips for innkjøp av matvarer?</li></ul>	

- Oppdager du forhold som bekymrer deg – snakk med primærkontakt/tjenesteansvarlig. Dokumenter i Geric.

