

KOTIHOIDON ASIAKKAAN RAVITSEMUSTILAN ARVIOINTI MNA-MENETELMÄLLÄ JA RAPORTOINTI OHJEEN MUKAAN

TEHTÄVÄN TAVOITE:

- Perehtyä kotihoidon asiakkaan ravitsemuksellisiin haasteisiin ja kuinka niitä voidaan ennaltaehkäistä
- Oppia miten toteutetaan kotihoidon asiakkaan ravitsemushoitoa
- Miten kotihoidon asiakkaan kodinhoito järjestetään

LÄHDEMATERIAALI:

Kurssin kirja: Kotihoidossa toimiminen

[Vireyttä seniorivuosiin - ikääntyneiden ruokasuositus](#)

[Ikäihmisen ravitsemus ja liikunta](#)

Kurssin pedanet sivusto

1. RAVITSEMUSTILAN ARVIOINTI MNA-MENETELMÄLLÄ

- Valitse henkilö, jonka ravitsemustilan arvioit.
- Selvitä hänen ravitsemustilansa MNA lomakkeella. EI NIMEÄ MNA KAAVAKKEESEEN

2. RAPORTTI

Lue ennen tehtävän tekoa arviointikriteerit

Kirjoita raportti, jossa käsittele seuraavia asioita asiakkaan näkökulmasta hyödyntäen lähdemateriaalia:

1. Ilmoita asiakkaan MNA-testistä saadut pisteet. Mitä tulokset kertovat ja mitä mahdollisesti pitäisi tehdä?
2. Miten asiakkaan ruokahuolto toimii?
 - Onko kehitettävää
 - Mitä muita mahdollisuuksia on ruokahuollon järjestämiseksi. Kerro esimerkkejä, hintoja yms.
3. Millaisia keinoja on ravitsemustilan ja ruokailutottumusten arviointiin kotihoidon asiakkaalla, oletko jo jotakin näistä toteuttanut?

4. KODINHOITO

- Miten asiakkaan kodinhoito on järjestetty?
- Mikä on hyvin ja onko jotakin parannettavaa?
- Mitä ongelmakohtia yleisesti voi olla kotihoidon asiakkaan kodinhoidossa

SEURAAVAT KYSYMYKSET KUVITELTUJA TILANTEITA, JOITA KOTIHOIDON ASIAKKAILLA ON USEASTI.

5. Asiakkaallasi on syljen erityys vähentynyt ja kuiva suu. Millainen ravitsemushoito on? Kerro myös ruokaesimerkkejä joita suosittelet asiakkaalle ja perustele valintasi.
6. Asiakkaalla on ruokahalu heikentynyt. Miten voit parantaa asiakkaan ruokahalua? Kerro käytännön esimerkkejä?
7. Asiakkaalla nestevajausta. Hänen verenpaine on laskenut ja hän on lisäksi kaatuillut. Millä tavoin lähihoitajana huolehdit ja ohjaat asiakasta riittävään juomiseen? Kerro myös käytännön esimerkkejä.
8. Asiakkaallasi paino laskenut viimeisen kolmen kuukauden aikana 4,5 kg. Hänelle ravitsemushoitona tehostettu ruokavalio. Miten toteutat tämän? Kerro mm.
 - millaisia välipaloja
 - millä eri keinoin ruokiin saadaan lisää mm. energiaa
 - miten voit rikastaa ateriapalvelun ruokia (eli miten ohjeistaisit asiakasta/omaisia)
 - mitä elintarvikkeita kirjaatte yhdessä kauppalistaan
 - onko jotain muita keinoja myös
9. Asiakkaalla purentaongelmia ja ruokavalio on pehmeä. (Huom! pehmeä ruokavalio ei ole sama kuin sosemainen). Asiakkaalla ei ole ateriapalvelua, vaan hän ostaa kaupasta valmisruokia ja toisinaan oman kuntonsa salliessa myös valmistaa ruokaa. Omaiset tilaavat hänelle Prisman kauppakassipalvelulla ruokatarvikkeet. Pehdy kauppakassipalveluun (<https://www.foodie.fi/products>) ja mitä hänelle sopivia (pehmeä ruokavalio) ruokia tilaat. Kirjoita 5 päivän kauppalista jossa mm.
 - lämmitettäviä valmisaterioita (sydänmerkki)
 - leipä ja lisukkeet (kinkku, levite, juusto yms.)
 - puurohiutaleet
 - välipaloja
 - tuore elintarvikkeita (hedelmät, kasvikset yms)