

## Ravitsemistilan arviointi MNA-menetelmällä ja raportointi

### Haastattelu

- Valitse henkilö, jonka ravitsemustilan arvioit. Kartoita hänen taustatietonsa (muista muuttaa nimi).
- Haastattele tai selvitä hänen ravitsemustilansa. Käytä apuna MNA-arviointilomaketta ja ruokailun seurantakaavaketta. Ilmoita raportissasi selkeästi MNA:sta saadut tulokset.
- Kotihoidossa tilanteen mukaan voit arvioida asiakkaan ruokailutottumukset esim. haastatteleamalla, katsomalla jääkaappiin, kirjaamalla syödyt ruoat ylös jne.

### Arviointi ja raportointi

- Arvio saamiasi tuloksia ja vertaa niitä riippuen asiakkaasta ravitsemussuositukseen / ikääntyneiden ravitsemussuositukseen / ravitsemushoitosuositukseen
  - POHDI seuraavia asioita asiakkaasi näkökulmasta
1. Saako asiakas riittävästi ravintoaineita mm. energia, proteiinit, nesteet, suojaravintoaineet mm. D-vit, B12, C-vit ja foolihappo. MIKÄ ON NÄIDEN MERKITYS ASIAKKAAN HYVINVOINNILLE.
  2. Mitkä ovat ikääntyneen suositukset proteiinin ja nesteen osalta ja mikä on asiakkaasi energian tarve. MIKÄ ON NÄIDEN MERKITYS ASIAKKAAN HYVINVOINNILLE.
  3. Toteutuvatko ravitsemussuositukset (mm. lautasmalli, ateriarytmi...)
  4. Millainen on hänen ruokavalion energiaravintoaineiden laatu ja määrä, mm. rasvojen laatu ja määrä-> välttämättömät rasvahapot->MERKITYS ELIMISTÖSSÄ
  5. Kuidun riittävä saanti ja lähteet->MERKITYS ELIMISTÖSSÄ
  6. Iho, onko kuivuutta ja rohtumia-> MITEN VOIDAAN RAVITSEMUKSELLA VAIKUTTAA
  7. Suun ja hampaiden kunto -> MITEN VAIKUTTAA ravitsemukseen, ruokailuun
  8. Miten ruokailutilanteet sujuvat
  9. Onko jokin erityisruokavalio ja miten se toteutetaan
  10. Onko ruokavalion toteutuksessa ongelmia
  11. Lääkitys; vaikuttaako ruokailuun
  12. Miten keittiö / ateriapalvelu / hoitohenkilökunta tukevat ruokavalion noudattamista, ravitsemussuositusten / ravitsemushoidon toteutumista ja ruokailun onnistumista, POHDI, TOIMIIKKO MONIAMMATILLINEN YHTEISTYÖ RAVITSEMUSHOIDOSSA. Mikä on lähihoitajan rooli tässä.
  13. Esteettisyys, viihtyisyys ruokailutilanteessa
  14. Tarvittavien apuvälineiden käyttö ruokailussa
  15. Jos asiakkaalla virhe/aliravitsemus, POHDI mahdollisia syitä, jotka ovat tähän johtaneet
  16. Millaisia parannusehdotuksia lähihoitajana antaisit
  17. POHDI ravitsemuskuntoutuksen merkitystä hyvinvoinnille

**MERKITSE KÄYTTÄMÄSI LÄHTEET!**