

Projekt Morgenstund - med protein i mund

DSKE temadag 17. marts 2014

Tina Beermann, ledende klinisk diætist og Marie Nerup Mortensen, kostkonsulent

Aalborg Universitetshospital (AUH)



REGION NORDJYLLAND

Hvor for interessere sig for morgenmåltidet?

- Vi havde 3 grunde:
 - Resultater af kostregistreringer fra projekt MORE viste et sparsomt indtag af energi og især protein til morgenmåltidet
 - Tilbagemeldinger fra afd. personale om at morgenmåltidet manglede variation og var kedeligt.
 - Lang fasteperiode fra aftensmåltidet til morgenmåltidet blev serveret. Derfor vigtigt at komme godt fra start...



Projekt MORE 2010: Indtag af energi og protein til morgenmåltidet i forhold til beregnet behov

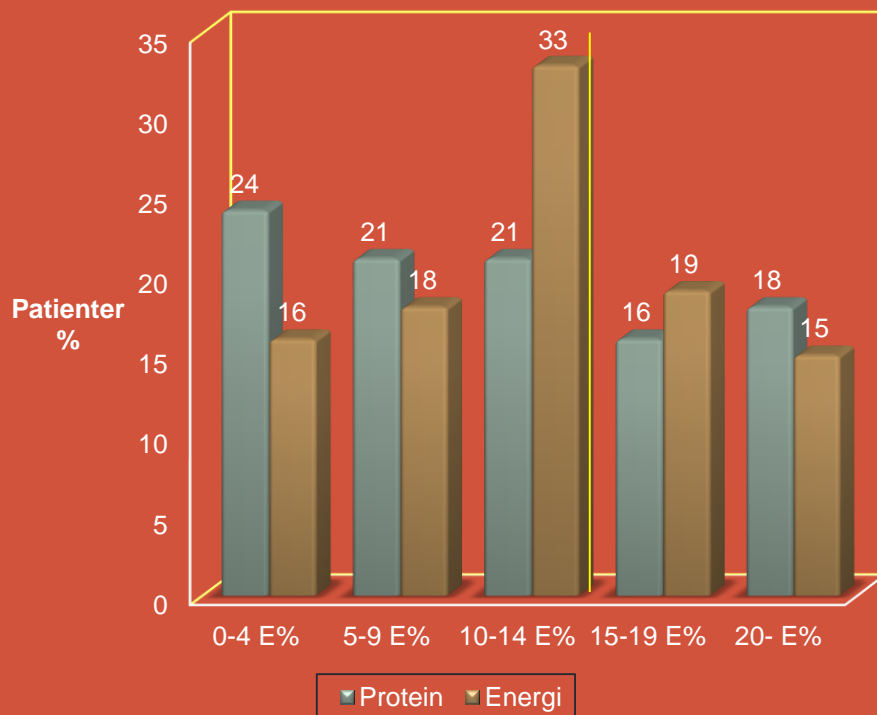
135 pt., 24-timers kostinterview:

Gs. Energiindtag: 13 %- Median: 12 %
(Variation: 0-39 %)

Gs. Proteinindtag: 12 %- Median: 11 %
(Variation: 0-38 %)

Morgenmaden bør dække 20-25 % af det samlede indtag iflg. *Anbefalinger for Den Danske Institutionskost*

2/3 fik < 75% af det anbefalede energi- og proteinindtag fra morgenmåltidet



Morgenmadstilbud på AUH...



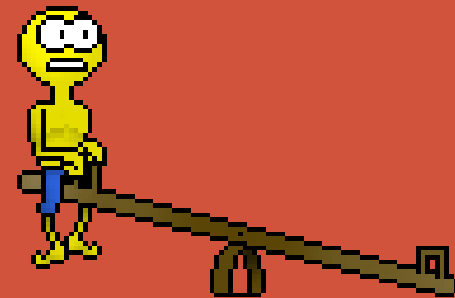
Lang fasteperiode fra aften til morgen



12 - 15 timers faste!!!

Er det et problem med lang fasteperiode over natten?

- Lille "vindue" for småspisende patienter til at nå 3 hovedmåltider og 3-5 mellemmåltider (10-12 timer)
- Efter en nats faste er muskelproteinbalancen negativ - syntesen kan ikke følge med nedbrydningen (bruges ssv. som substrat til de indre organer, hvor syntesen er positiv).
 - Kroppen har jo ikke noget proteinlager ...
- Vigtigt at få gang i proteinsyntesen i musklerne igen
 - Ernæring: 20-25 g protein i et måltid
 - + Mobilisering/træning -> større effekt
- Stressmetabole og kirurgiske patienter særligt udsatte.



Projektets formål – den oprindelige ide

- Øge kirurgiske patienters proteinindtag til morgenmåltidet og sen aften
Mål: Gennemsnit proteinindtag: Morgen 20 g. Sen aften 6-8 g.
- Få viden om hvad patienter ønsker at spise til morgenmåltidet og sen aften
- Udvikle og afprøve nye morgenmåltidsprodukter, herunder arbejde med proteinberigelse
- Udvikle og afprøve proteinholdige sene aftenmåltider



Metode

- Førmåling – har vi et problem og i så fald, hvor stort er det?
 - Kostregistreringer
 - Billeder og observationer
- Ideindsamling – hvordan kan vi udvikle og gøre det bedre?
 - Kvalitative patientinterviews
 - Moodboards
 - Observationer og feed-back fra personale
 - Orientering, hvad gør de andre steder?
- Udviklingsfase – hvilke krav skal måltidet opfylde (ernæring, hygiejne, kvalitet), og hvad kan vi håndtere i praksis?
- Eftermåling
 - Kostregistreringer
 - Billeder og observationer



Fase 1: Førmåling

Juni 2013

3 dages kostregistrering af alle indlagte patienter på

- Kar-kirurgisk afsnit, afd. V
- Hjerte-lunge kirurgisk afsnit, afd. T

I gode hænder

- hos Hjerte-Lunge Afdelingen

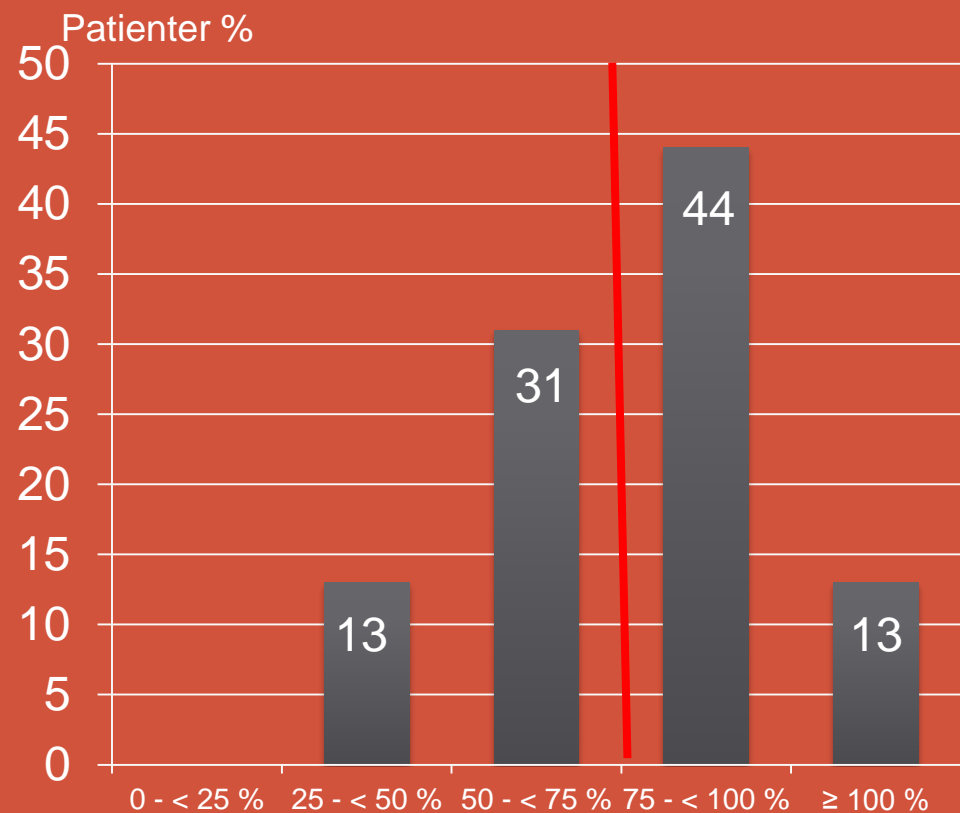


Resultater - patienter

Gennemsnit	Afd. T	Afd. V	P-værdi	Samlet
Antal	19	13	NS	32
Alder	67 (48-77)	66 (53-80)	NS	66
BMI	28 (19-36)	26 (23-30)	NS	27
Køn	4 K – 15 M	2 K – 11 M	-	6 K – 26 M
E-Indtag/ E-behov %	84 (48-127)	68 (33-99)	0,05	76
P-Indtag/ P-behov %	70 (28-124)	58 (25-83)	NS (0,1)	64

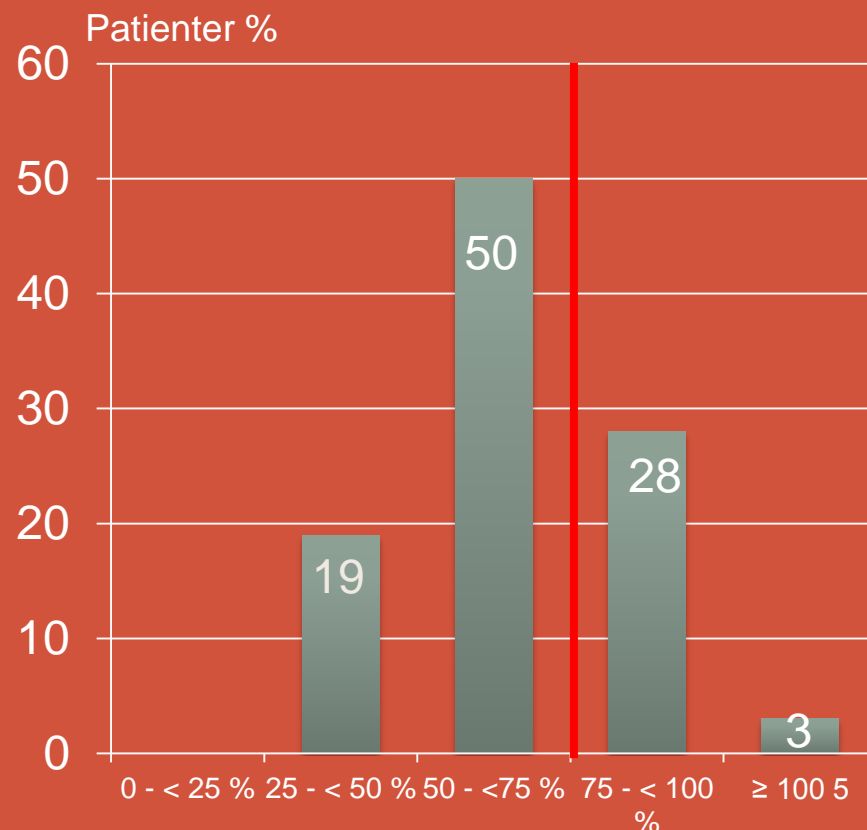
Opfyldelse af energi- og proteinbehov per døgn

Samlet energiindtag ift. behov



44 % har fået under 75 % af energibehovet

Samlet proteinindtag ift. behov



69 % har fået under 75 % af proteinbehovet

Morgenmaden

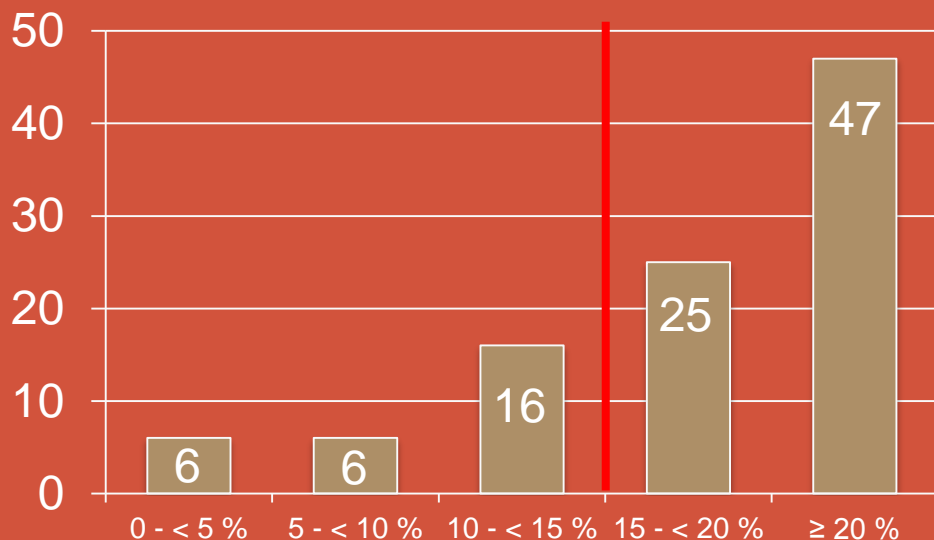
- Alle patienter har fået morgenmad
- Morgenmaden bør dække 20-25 % af det samlede indtag¹

Gennemsnit % (min-max værdi)	Afd. T	Afd. V	Samlet
Morgen E-indtag/ Samlet E-behov	18 (4-26)	18 (3-37)	18 %
Morgen P-indtag/ Samlet P-behov	14 (1-23)	14 (3-32)	14 %
Morgen p-indtag, g	13 (1-23)	14 (3-34)	14 g

Opfyldelse af energi- og proteinbehov - morgenmaden

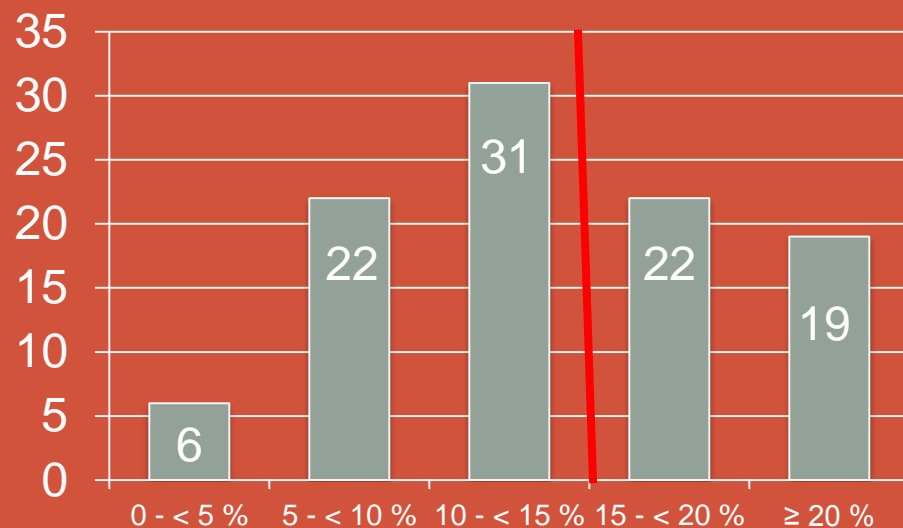
Energiindtag ift. behov

Patienter %



Proteinindtag ift. behov

Patienter %



28 % har fået under 75 % af energibehovet som anbefalet til morgenmaden (min. 20 %)

59 % har fået under 75 % af proteinbehovet som anbefalet til morgenmaden (min. 20 %)

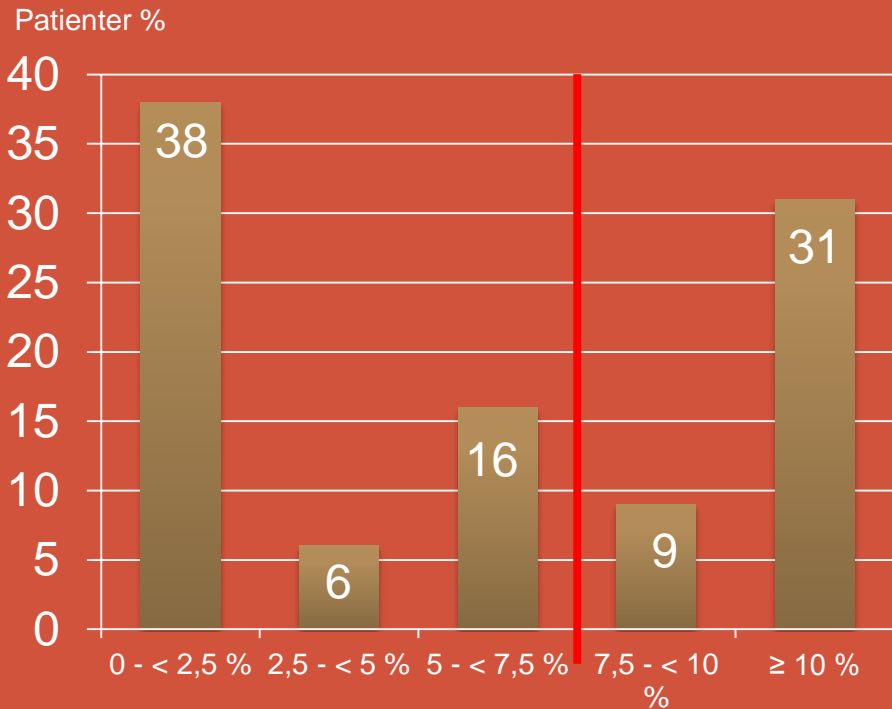
Sen aften (mellemmåltid)

- 10 ud af 32 patienter har ikke fået sent aftensmåltid
- Mellemmåltider bør dække 30-50 % af det samlede indtag¹
Dvs. min. 10 % til sen aften.

Gennemsnit % (variation)	Afd. T	Afd. V	Samlet
Sen aften E-indtag/ Samlet E-behov	7 (0-18)	6 (0-21)	7 %
Sen aften P-indtag/ Samlet P-behov	10 (0-54)	4 (0-15)	7 %
Sen aften P-indtag, g	6 (0-20)	3 (0-8)	4 g

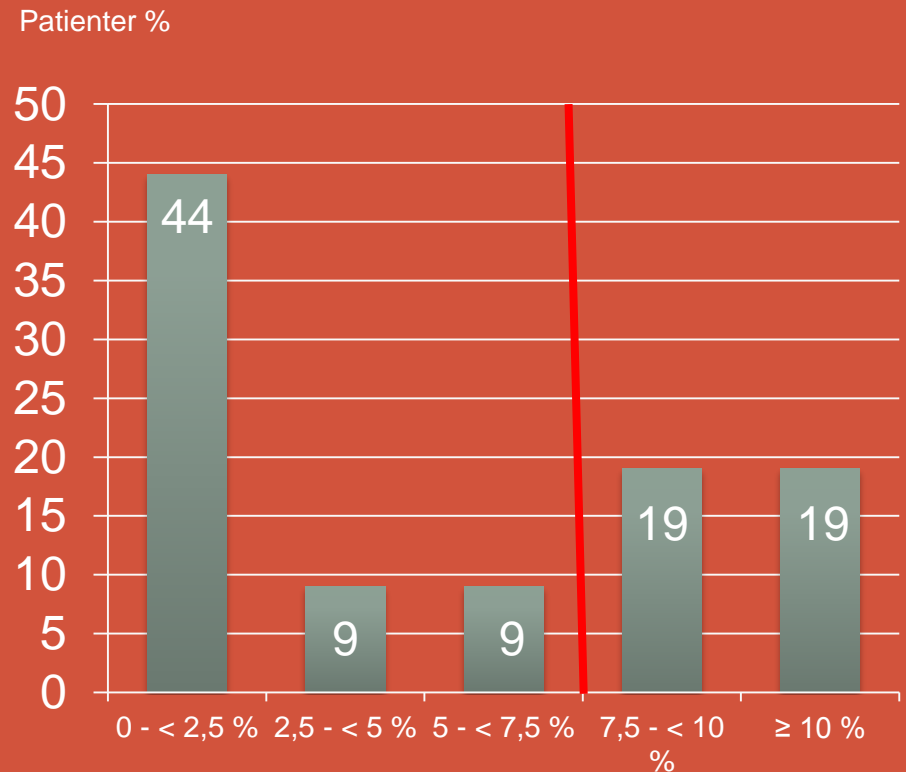
Opfyldelse af energi- og proteinbehov - sen aften

Energiindtag ift. behov



60 % af patienterne har fået under 75 % af den anbefalede energimængde til sen aften (min. 10 %)

Proteinindtag ift. behov



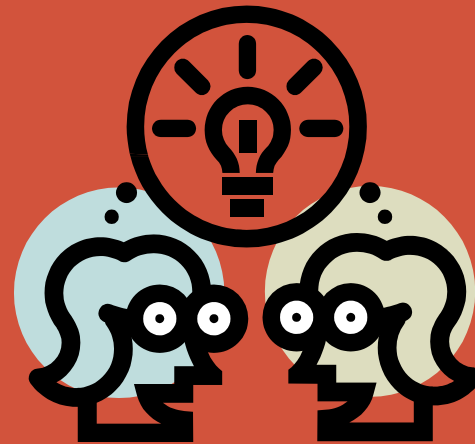
62 % af patienterne har fået under 75 % af den anbefalede proteinmængde til sen aften (min. 10 %)

Afdække / udvikle

Fase 2

August-december 2013

- Indsamling af patient data
 - Interview 10 pt.
 - Moodboard 10 pt.
 - Observation af morgenmadsservering i afdeling V og T
 - Samtale med personalet i begge afdelinger: Indsamle gode ideer
- Udvikle ny proteinholdigt morgenbuffet.
- Udvikle nyt koncept for det sene aften måltider



Interview spørgsmål - morgenmad

- Hvordan oplever du morgenmåltidet, som serveres på Aalborg universitets hospital?
- Hvad betyder morgenmåltidet for dig?
- Har du oplevet appetit/sult om morgenen, mens du har været indlagt?
- ved nej: Hvorfor ?
- Hvordan oplever du, at morgenmåltidet bliver serveret og anrettet ude ved madvognen?
- Hvad sker der med din appetit og lyst til morgenmad, når du ser morgenmadstilbuddet på serveringsvognen?
- Lever morgenmaden op til dine forventninger, når du spiser den ift. smag, konsistens, udseende?

Gennemgang af interview for væsentlige fund

Hvorfor spiser de så ikke?

Hvordan opleves morgenmaden på AUH:

Upåklageligt, fint, ganske almindeligt, udmærket

Hvordan opleves servering og anretning?

Fint, lækkert, flinke damer, overdådigt, hygiejnisk godt

Lever det op til forventningern?

Ja, pænt, helt i orden, god øllebrød



Moodboard: Visuelt udtryk for følelser og behov



Morgenmadstilbud på AUH...



Afprøvning af nyt koncept

Fase 3: Intervention

1 december til 1 februar

Nyt morgenmåltidskoncept afprøves

- Proteinberigelse af boller og grød
- Portionsanretning
- Forskellige typer grød m. frisk/tørret frugt, nødder, kokos...

Tilretning efter feed-back fra afdelinger og patienter

- Svært at proteinberige med en ordentlig kvalitet
- Portionsstørrelse mindskes
- Alm. havregrød foretrækkes – men gerne med forskellig topping



Nyt morgenmadskoncept

Hver dag

- Friskbagt rugbrød
- Friskbagt sigtebrød boller eller rundstykker
- Grød eller øllebrød m. flødeskum
- Surmælksprodukter: yoghurt og ymer
- Æg: blødkogt, omelet eller scrambled eggs
- Pålægsgfad m. daglig variation + pyntegrønt
- Ost, smør
- 2 slags hjemmelavet marmelade
 - 1 rød og 1 gul
- Kaffe, te, mælk, vand, juice, ernæringsdrik

Til variation i løbet af ugen

- Udskåret frugt
- Croissant eller wienerbrød
- Amerikanske (små) pandekager
- Hjemmelavet choko-nødde pålæg
- Forskellig topping til grød og surmælksprodukt, fx tørret frugt og kannelsukker eller rababerkompot og brun farin
- Smoothie
- Portionsanrettet surmælksprodukt, fx skyr m. flødeskum og honningristet müsli eller græsk yoghurt m. appelsinsirup og hjemmelavet müsli
- Æggesnaps til øllebrød





Morgenmad med nyt koncept

”Traditionel” 754 kJ/ 8 g P

- Yoghurt m. müsli, 60 + 10 g
314 kJ/ 2 g P

1/2 sk. brød m. smør + ost
440 kJ, 6 g P

”Ny” 1043 kJ/ 17 g P

- Skyr m flødeskum og honningristet müsli, 60 + 10 g
316 kJ/ 6 g P

- 1 blødkogt æg
287 kJ/ 5 g P

- 1/2 sk. brød m. smør + ost
- 440 kJ/ 6 g P

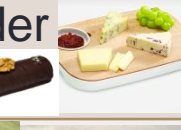
Sent aftensmåltid

- Er du blevet tilbudt et sent aftenmåltid (efter kl. 20.00), mens du har været indlagt?
 - *"Jeg ved ikke hvordan jeg har fået af vide at jeg kan få mad om aftenen, det troede jeg ikke man måtte., men jeg tror at man selv skal spørge."*
- Hvad har du fået serveret?
 - *Soft, frugt, is, sandwich, kakao, boller*
- Oplever du ofte appetit og sult sidst på aftenen?
 - *"Nej – der er mad nok"*
 - *"Jeg ikke er vant til at spise efter aftensmåltidet."*
- Hvis du har været sulten sidst på aftenen/om natten, hvad har du så gjort mens du har været indlagt?
 - *"Så rykker jeg i snoren, så kommer der lige 4 marmelade madder og kakao med flødeskum ... jeg er fuldstændig paf over den service"*

Sen aften



Sen aften

Mandag	Pandekage m. Is Klar suppe m. boller og urter samt kuvertbrød	 
Tirsdag	Små sandwich Flæskesvær	 
Onsdag	Pindemadder m. ost og frisk eller tørret frugt Trobe-smoothie	 
Torsdag	Lun frikadelle m. brød og surt Saltede nødder	 
Fredag	Små, lune pølsebrød Peanuts	 
Lørdag	Ostefad m. kiks og frisk frugt samt honningsyltede nødder Marcipanbrød	 
Søndag	Tunmousse m. kuvertbrød Flæskesvær	 

Afslutning på projektet

Fase 4: Eftermåling:

Uge 7 februar 2014

- Kostregistrering af alle patienter, der spiste per os (1-5 dage, gns.).
- Observation af morgenmadsservering i afdeling V og T
- Samtale med personalet i begge afdelinger

Konklusion

- Signifikant bedre energi og proteinindtag hos kirurgiske patienter
- Stor tilfredshed hos patienter og personale

Vi nåede målet!!!!



Men hvad så nu?

Vores anbefalinger til fremtidens morgenmad ...

- Ugeplan med få gode variationer fra dag til dag
- Lidt men godt
- Æg i alle former
- Hele nybagte brød som afdelingerne selv skærer
- Hjemmelavet portionsanrettet yoghurt/skyr
- En slags grød pr. dag:
 - Traditionel øllebrød med æggesnaps og flødeskum
 - Havregrød kogt på sødmælk med kompot, sirup
- Mini wienerbrød
- Hjemmelavet smoothie
- Pålægsfade

Fordomme?

- **Pt.:** *"Det vil næsten altid være noget man synes er bedre end andet... kan man sige.. Ja, nu er jeg faldet pladask for det nye mælkeprodukt... Ja, jeg synes det er så skønt.*
- **Spl. spørgsmål:** *"Hvad er det for et?"*
- **Pt.:** *"Ja, bare jeg kunne huske det hvad det hedder. Det ligner mælk, men det er ikke mælk.*
- **Spl. Spørgsmål:** *"Er det en yoghurtform?"*
- **Pt.:** *"Nej, det er knap så tykt som yoghurt"*
- **Svar spl.:** *" Det kan være det er drikkeyoghurt?"*
- **Pt.:** *"Ja, noget i den retning"*
- **Spørgsmål spl.:** *"Er det noget du får derhjemme"?*
- **Pt.:** *" Man kan også få det her og man kan købe det"*
- **Svar spl.:** *"Nåå, det er proteindrik"*
- **Pt.:** *" Ja, der var den.. Ja, netop"*
- **Svar spl.:** *"Det var godt, du synes det smager godt"*
- **Pt.:** *" Uhh, jeg synes det er så godt"*