

Pressmeddelande

Från SÄS

2012-08-30 07:30

Att hjälpa patienter till ätglädje kan rädda liv visar nyutgiven skrift från dietist på SÄS

Genom att se nyanser och gradskillnader när det gäller aptit, förmåga och ork att äta hos en patient går det att hitta möjligheter till mat och dryck, som kan göra underverk. Det framkommer i den nyutgivna skriften "Ätglädje", som författats av Gun-Britt Fhager, dietist på Södra Älvsborgs Sjukhus. Det är en unik skrift med praktiska tips och recept, som riktar sig till patienter, närstående och vårdpersonal som arbetar på sjukhus, i hemsjukvård och i hemtjänst och som möter patienter med kronisk sjukdom och sviktande aptit .

- Många patienter dör av undernäring till följd av en kronisk sjukdom och det gäller att hitta vad den enskilde patienten förmår att äta. Det handlar om att tolka vilken fas patienten befinner och kunna urskilja den enskildes behov, säger Gun-Britt Fhager.



Dietist Gun-Britt Fhager visar upp skriften Ätglädje.

[Klicka här för högupplöst bild på dietist Gun-Britt Fhager.](#)

Fotograf: Pernilla Lundgren, Södra Älvsborgs Sjukhus.

Tre olika nivåer av kostråd

Skriften beskriver tre olika nivåer för kostråd och vilka kännetecken som utmärker dem. På nivå ett finns råd vid minskad aptit och sjunkande kroppsvikt, på nivå två finns råd när det är svårt att äta smörgås och nivå tre ger råd när det är lättast att dricka. Det är hennes erfarenheter från att ha arbetat nära patienterna, med praktisk nutritionsomvårdnad på en avdelning för patienter i livets slutskede, som ligger till grund för boken. I 2,5 år arbetade hon som dietist på avdelningen, vilket gjorde det möjligt att urskilja patienternas behov på ett annat sätt. En roll som skiljde sig en hel del från den konsultliknande roll som dietister vanligtvis har.

- Skriften är unik på det sätt att det inte funnits några dietister som jobbat ute i vården på detta sätt tidigare, eftersom det helt enkelt inte funnits några sådana tjänster. Men tack var det arbetet lärde jag mig att det går att urskilja nivåer av förmåga och ork att äta. Det finns nyanser och

gradskillnader när det gäller aptit, mat och dryck, vilket gör att vi behöver ha en finkänslighet i kostråden för denna grupp, säger Gun-Britt Fhager.

Sjukdom minskar aptit och känsla av lukt och smak

En frisk person kan förlita sig till att känna hunger och mättnad, men vid sjukdom sätts balansen ur spel eftersom det bildas ämnen i blodet som orsakar aptitlöshet. Att gå ner i vikt vid sjukdom är av ondo. Det gör att muskelmassan minskar, vilket medför att det blir svårare att röra sig och orka med, samtidigt som immunförsvaret blir sämre. En kroniskt sjuk patient kan till exempel ha svårt för vissa smaker och lukter, bli mätta tidigt, ha svårt att äta varm mat eller helt ha tappat sin aptit. Ibland kan maten smaka starkt eller brännas i munnen och i vissa fall har den en metallsmak.

- Det är en rik symptombild, som är väldigt individuell. Till det kan patienterna ha kräkningar, illamående eller diarré, vilket gör att det är oerhört viktigt att jobba med varje enskild individ. Målet är att hjälpa patienter att hitta sina möjligheter till mat och dryck i den fas de befinner sig i, säger Gun-Britt Fhager.

Hon bär på många solskenshistorier, som beskriver hur mat och dryck kan göra underverk. En hel del finns också med i skriften. Hon berättar bland annat om en kvinnlig patient, vars make fått besked att hon hade mycket kort tid kvar att leva. Kvinnan åt inget och orkade knappt öppna sina ögonlock.

- Jag upptäckte att hon längtade efter en sak, nämligen brylépudding, karamellsås och vispgrädd. Så två gånger om dagen åt hon detta och allteftersom kunde vi lägga till annan mat. Efter sex veckor satte hon sig upp i sängen och efter åtta veckor kunde hon åka hem. Hon levde 2,5 år till, tack vare brylépudding, säger Gun-Britt Fhager.

Ambition att utveckla nutritionsområdet

Stärkt av sina erfarenheter har hon en ambition att utveckla nutritionsområdet på Södra Älvsborgs Sjukhus, från det att patienten drabbas av kronisk sjukdom till livets slutskede.

- Det är viktigt att vi tar hänsyn till att vi förändras i vår förmåga och val när det gäller mat och dryck vid svår sjukdom. Jag ser vilken betydelse nutritionsomvårdnad har för patienters välbefinnande och livskvalitet i den avancerade vården, säger hon samtidigt som hon ger ytterligare ett exempel på en solskenshistoria som understryker det:

"En mycket sjuk man blev erbjuden ett litet glas med mjölk mixad med röda bär och lite socker. När undertecknad kom med glaset sa han: Fyller jag är idag eller varför får jag något så vackert? När mannen lämnade avdelningen hade han rivit av ett hörn av en tidning. På ena sidan stod det TACK och på den andra GOD. Åtglädje ger ökad livskvalitet."

Kort fakta

Skriften [Ätglädje ges ut av Gothia förlag](#). Det är en praktisk inspirationskälla med en idébank av enkla recept. Gunnar Eckerdal, överläkare inom den palliativa vården på Hallands sjukhus, har skrivit förordet och faktagranskat texten. Gun-Britt Fhager har arbetat på SÄS sedan 1981, med vissa undantag för tjänstledighet vid studier och projektarbeten. Hon är en av landets 100 första utbildade dietister, närmare bestämt nr 87.

Kontaktperson: SÄS Pressjour: 033-616 24 44

Publicerad av: Pernilla Augustsson Epost: pernilla.augustsson@vgregion.se