



Akademien för hälsa, vård och välfärd

ATT FRÄMJA NÄRINGSINTAGET HOS ÄLDRE PERSONER PÅ SÄRSKILT BOENDE

En allmän litteraturöversikt

JENNY KARLSSON

BENELDA BIETE TJULIN

Huvudområde: Vårdvetenskap med
inriktning mot omvårdnad

Nivå: Grundnivå

Högskolepoäng: 15hp

Program: Sjuksköterskeprogrammet

Kursnamn: Examensarbete i
vårdvetenskap med inriktning mot
omvårdnad

Kurskod: VAE209

Handledare:

Examinator: Christina Andraea

Seminariedatum: 2023-09-15

Betygsdatum: 2023-10-13

SAMMANFATTNING

Bakgrund: Ett vanligt problem bland äldre personer på särskilda boenden är undernäring, som påverkar både fysisk och psykisk hälsa. Minskat näringsintag bland äldre personer är förknippat med undernäring och oönskad viktninskning. Sjuksköterskan är omvårdnadsansvarig och att identifiera orsaken till bristfälligt näringsintag bland äldre kan vara fördelaktigt för att främja näringsintaget. **Syfte:** Syftet var att översiktligt beskriva faktorer som främjar näringsintaget hos äldre personer på särskilt boende. **Metod:** Allmän litteraturoversikt där sex artiklar med kvalitativ metod, fyra artiklar med kvantitativ metod och en med mixad metod analyseras. **Resultat:** Det framkom tre teman som identifierades som viktiga för att främja näringsintaget hos äldre personer på särskilt boende: att värna om sinnesintryck, att skapa en familjär atmosfär och att erbjuda berikade mellanmål. **Slutsatser:** Äldre personers näringsintag avgörs av flera olika faktorer och behöver förstås ur flera perspektiv då deras preferenser och behov är individuella. Sjuksköterskans och övrig vårdpersonals engagemang och intresse är viktig för att bidra till äldres upplevelser av god livskvalitet, välbefinnande, värdighet och främjat näringsintag på särskilt boende.

Nyckelord: måltid, näringsintag, särskilt boende, äldre personer

ABSTRACT

Background: A common problem among older people in special nursing homes is malnutrition, which affects both physical and mental health. Reduced nutrient intake among older people is associated with malnutrition and unwanted weight loss. The nurse is responsible for nursing care and identifying the cause of inadequate nutritional intake among older people can be beneficial in promoting nutritional intake. **Aim:** The aim was to outline factors that promote nutritional intake in older people in residential care. **Method:** General literature review with six articles of qualitative method, four articles of quantitative method and one with mixed method were analyzed. **Results:** Three themes emerged that were identified as important for promoting the nutritional intake of older people in residential care: nurturing the senses, creating a family atmosphere and offering enriched snacks. **Conclusion:** Older people's nutritional intake is determined by several factors and needs to be understood from several perspectives as their preferences and needs are individual. The involvement and interest of nurses and other care staff is important to contribute to elderly people's experiences of good quality of life, well-being, dignity and to promote nutritional intake in special nursing homes.

Keywords: elderly people, meal, nutritional intake, special nursing homes

INNEHÅLL

1	INLEDNING	1
2	BAKGRUND	1
2.1	Centrala begrepp	1
2.1.1	Äldre personer	1
2.1.2	Särskilt boende för äldre	2
2.1.3	Undernäring	2
2.1.4	Näringsintag och energi	2
2.2	Att åldras	2
2.3	Äldre på särskilt boende	4
2.4	Äldre personers behov av näring	5
2.5	Undernäring hos äldre personer	5
2.6	Sjuksköterskans ansvarsområde	6
2.7	Författningar och styrdokument	7
2.8	Måltidens betydelse	7
2.8.1	Faktorer som påverkar måltiden	8
2.9	Vårdvetenskapligt teoretiskt perspektiv	9
2.10	Problemformulering	10
3	SYFTE	11
4	METOD	11
4.1	Datainsamling och urval	11
4.2	Genomförande och analys	12
4.3	Etiska överväganden	13
5	RESULTAT	13
5.1	Likheter och skillnader i syften	13
5.2	Likheter och skillnader i metod	14

5.2.1	<i>Deltagare, boenden och land</i>	15
5.3	Likheter och skillnader i resultat	16
5.3.1	<i>Att värna om sinnesintryck</i>	16
5.3.2	<i>Att skapa en familjär atmosfär</i>	17
5.3.3	<i>Att erbjuda berikade mellanmål</i>	18
6	DISKUSSION	19
6.1	Resultatdiskussion	19
6.1.1	<i>Artiklarnas syfte och metod</i>	19
6.1.2	<i>Artiklarnas resultat</i>	21
6.2	Metoddiskussion	24
6.3	Etikdiskussion	26
7	SLUTSATSER	27
8	FÖRSLAG PÅ VIDARE FORSKNING	27
	REFERENSLISTA	28

BILAGA A: SÖKMATRIS

BILAGA B: KVALITETSGRANSKNING AV ARTIKLAR

BILAGA C: ARTIKELMATRIS

1 INLEDNING

Undernäring förekommer i alla åldersgrupper men de äldre är mer sårbara för detta tillstånd. Utifrån förslag från Mälardalens universitet, MDH/HVV: PriLiv valde examensarbetets författare intresseområdet undernäring. I samband med detta inspireras examensarbetets författare att skriva om faktorer som främjar näringsintaget hos äldre personer på särskilt boende. Författarna till detta examensarbete anser att det är viktigt att förstå vilka faktorer som påverkar näringsintaget hos äldre personer på särskilt boende för att kunna skapa medvetenhet kring näringsstillstånd. Intresset kring näringsintag hos äldre personer på särskilt boende kommer från tidigare arbetserfarenheter och verksamhetsförlagda utbildningar på särskilt boende som väckt reflektioner hur sjuksköterskan och annan vårdpersonal kan påverka äldre personers måltidsupplevelse så att näringsintaget förbättras. Den kompetens som sjuksköterskor har, kan vara till nytta för att skapa omvårdnadsinsatser som är lämpliga för att främja äldres näringsintag.

2 BAKGRUND

I bakgrunden beskrivs centrala begrepp relaterade till det valda intresseområdet. Vidare skildras vad det innebär att åldras och att flytta till särskilt boende. Efter detta beskrivs äldre personers behov av näring och hur undernäring påverkar äldre personer. Därefter redogörs för vilket ansvar sjuksköterskan har och vad som reglerar det. Vidare framställs måltidens betydelse och vad som kan påverka måltiden följt av det valda vårdvetenskapliga perspektivet. Bakgrunden avslutas med en problemformulering.

2.1 Centrala begrepp

Här beskrivs begreppen äldre personer, särskilt boende för äldre, undernäring samt näringsintag och energi.

2.1.1 *Äldre personer*

Äldre personer delas vanligtvis in i tre kronologiska kategorier: yngre-äldre (personer från 60–65 år upp till 75–80 år), äldre-äldre (personer från 75–80 år och uppåt) och de allra äldsta (personer från 85 år). 65 år brukar betraktas som en naturlig kronologisk gräns i

Sverige eftersom det är i denna ålder som de flesta lämnar sitt arbetsliv som pensionärer (Bravell, 2021). Det finns ingen specifik åldersgrupp som detta examensarbete fokuserar på förutom äldre personer som bor på särskilt boende.

2.1.2 Särskilt boende för äldre

Statistik om socialtjänstinsatser till äldre visade den 31 oktober 2021 att 79 241 äldre personer 65 år och äldre bodde på särskilt boende (Socialstyrelsen, 2022). På särskilda boenden planeras insatser som passar de äldres behov (Socialstyrelsen, 2016). Särskilt boende är ett boendialternativ som tillhandahåller instrumentella och grundläggande aktiviteter i äldre personers dagliga liv (Keller m.fl., 2017). Där finns även personal som kan ge stöd och hjälp dygnet runt (Falk m.fl., 2013).

2.1.3 Undernäring

Socialstyrelsen (2019) beskriver undernäring som ett otillräckligt intag av protein eller andra näringsämnen och brist på energi som kan orsaka försämring av kroppens sammansättning och funktionsförmåga. WHO (2022) beskriver undernäring som ett tillstånd där det finns ett överskott eller brist på näringsintag och att det finns en obalans mellan de viktiga näringsämnena.

2.1.4 Näringsintag och energi

Näringsintaget ger kroppen de näringsämnen som behövs för hälsa, upprätthållande av ett starkt immunsystem, förebyggande av sjukdomar och välbefinnande (WHO, 2022). Keller m.fl. (2017) menar att bristfälligt näringsintag har betydande effekt på funktion och hälsa hos äldre, som kan leda till näringsrelaterade problem som exempelvis undernäring. Några viktiga näringsämnen som nämns av Livsmedelsverket (2023) är protein som behövs för att bevara muskelstyrka, sårhäkning samt orka vara aktiv och D-vitamin som bidrar till ett starkt skelett.

Näringsintaget omvandlas till energi. Om det finns för mycket energi i kroppen leder det till viktökning och om det finns för lite energi leder det till viktminskning. När energiintaget motsvarar energiförbrukningen uppstår en energibalans. Energimängden som en person behöver varierar från dag till dag och beror på det basala energibehovet, matsmältning och om personen är fysiskt aktiv (Livsmedelsverket, 2023).

2.2 Att åldras

Åldrandet beskrivs på olika sätt, vissa beskriver det som en process mot utveckling och mognad och andra ser åldrandet som risk för ohälsa och gradvis degeneration. Trots den negativa uppfattningen om åldrande finns det också några begrepp som beskriver gott

åldrande så som positivt åldrande, aktivt åldrande, framgångsrikt åldrande och hälsosamt åldrande. Ett hälsosamt åldrande innebär att hitta sätt att leva ett liv av god kvalitet trots att de fysiska och kognitiva funktionerna är nedsatta. Ett framgångsrikt åldrande är när den äldre personen självständigt kan utföra kognitiva och fysiska aktiviteter och när det inte finns någon svaghet eller sjukdom. Aktivt åldrande är när den äldre personen fortfarande har förmågan att utföra ekonomiska, sociala och kulturella aktiviteter i samhället. Det handlar även om att den äldre personen ska behålla sitt oberoende, sin goda livskvalitet och sin självständighet, oavsett om han eller hon är bräcklig, vårdbehövande, svag eller funktionshindrad. Positivt åldrande är det positiva perspektivet på åldrandeprocessen där det andliga och att vara nära andra också är viktiga delar för ett gott åldrande (Lundman & Norberg, 2019). Arman (2019) hävdar att vårdgivare måste se personen ur ett helhetsperspektiv, vilket innebär att de måste känna till personens erfarenheter, behov och bakgrund. Det är också viktigt att känna till personens hälsa, symtom och hur sjukdom samt lidande hanteras. Hon förklarar vidare att när vårdaren kan kartlägga de olika dimensionerna av personens problem, behov och begär, känner sig personen sedd som en helhet och upplever integration och hälsa.

En persons biologiska, sociala och psykologiska åldrande är ett annat sätt att beskriva en komplex åldrandeprocess (Bravell, 2021). Biologisk ålder handlar om förändringarna i fysiologiska funktioner i personens kropp till exempel homeostas, försämring av organ, system, sinnen, otillräckliga kroppsreserver, vätskebrist samt olika läkemedelsbiverkningar på grund av sjukdomar (Bravell, 2021; Küçük & Kapucu, 2017; Cheah & Illsley, 2020). Muskelmassan degenererar med nedsatt fysisk funktion vilket ibland kan leda till ett ökat hjälpberoende i dagliga aktiviteter (Lee & Song, 2015; Küçük & Kapucu, 2017). Social ålder handlar om den äldres kontakt med andra personer och nya positioner i samhället, exempelvis som pensionär. Sociala nätverk har stor betydelse för hälsa (Bravell, 2021). Psykologiskt åldrande innebär förmågan att orientera sig i tid och rum och anpassa sig till förändringarna i sin miljö. Kognition är förmågan att tänka, tolka sensoriska förnimmelser, lära sig och utföra exekutiva funktioner som uppmärksamhet, planering eller koordination. En äldre person med nedsatt kognitiv funktion kommer ha svårt att utföra uppgifter som innefattar fokus och planering (Edberg & Wallin, 2019).

Minskad muskelmassa och försämrade fysiska funktioner under åldringsprocessen leder till en ökad nivå av beroende (Lee & Song, 2015). Vid åldrandet förändras luktsinnesfunktionen vilket beror på förtunning av slemhinnorna, färre luktceller och minskning av flimmerhår. Smak- och luktsinnet förändras gradvis när en person åldras, men för de personer som har sjukdom kan sinnen försvinna helt eller delvis (Irving & Rothenberg, 2016). Munnen kan påverka en persons välbefinnande och hälsa. Saliv har en stor roll i munhälsan och äldre riskerar att drabbas av munsjukdomar på grund av minskad salivsekretion. Vid muntorrhet kan det vara svårt att äta då det tar tid att tugga och svälja maten utan saliv, matrester i munnen ökar dessutom risken för karies och dålig andedräkt. Muntorrhet kan också orsaka svullnad och ömhet, särskilt hos de som bär tandproteser. Flera av de äldre upplever tandvärk. Andra problem i munnen som uppstår hos äldre är tandköttsinflammation och svampinfektion (Andersson, 2019). Nedgång i mun- och tandhälsa kan leda till minskad

aptit, orsaka tuggproblem och ont att svälja (Küçük & Kapucu, 2017, Lee & Song, 2015). En läkemedelsbiverkning är muntorrhet som också påverkar smaksinnet (Irving & Rothenberg, 2016).

Sämre minne kan leda till att den äldre glömmer att äta (Cheah & Illsley, 2020). Minne är förmågan att lagra och hämta information när det behövs. Typerna av minne är sensoriskt minne, korttidsminne som är uppdelat i aktiv del och passiv del, och långtidsminne som delas in i explicita och implicita minnen. Korttidsminnet lagrar begränsad information på kort tid och det är uppdelat i passiva och aktiva delar där den passiva delen till exempel är att återkalla ett telefonnummer eller detaljer för en konversation, medan den aktiva delen även kallas för exekutiva funktioner för exempel försöker komma ihåg sekvensen av instruktioner för en uppgift. Uppmärksamhet som kräver förmågan att fokusera på den aktuella aktiviteten och ignorera störningarna runt omkring är en exekutiv funktion som försämras med stigande ålder, vilket gör att äldre lätt störs (Bravell, 2021).

2.3 Äldre på särskilt boende

Medellivslängden i Sverige ökar vilket kan bero på bättre levnadsstandard, lämpligare behandlingsmetoder och moderna läkemedel. Idag är medellivslängden hos både män och kvinnor över 80 år, vilket kräver mycket av hälso- och sjukvården (Kumlien & Rystedt, 2022). Cirka 20 procent av Sveriges befolkning är 65 år eller äldre (Socialstyrelsen, 2022).

Vanliga orsaker till att äldre personer flyttar till särskilt boende är försämrade hälsotillstånd på grund av stigande ålder eller sjukdomar som negativt påverkar synen, hörseln och förmågan att utföra vardagliga sysslor. Att flytta in på särskilt boende kräver anpassning till en miljö och livsstil helt annorlunda än i det tidigare livet. Ett idealiskt äldreboende upprätthåller mänskliga värderingar, respekterar värdigheten för de personer som bor på äldreboendet och ger en livskvalitet som liknar deras tidigare liv. Denna beskrivning fokuserar på bevarandet av oberoende, autonomi och integritet (Falk m.fl., 2013). Autonomi som innebär förmågan att fatta egna beslut och självbestämmande att göra aktiviteter som de äldre fortfarande kan utföra bör respekteras (Lee & Song, 2015; Falk m.fl. 2013; Hedman m.fl., 2015). De äldre vill bli bemötta utifrån vad de klarar av istället för att vara begränsade av det de inte klarar. Så beskriver äldre personer innebörden av självständighet och delaktighet (Hedman m.fl., 2014).

Livet på särskilt boende kan kännetecknas av begränsningar, fasta scheman, förlust av kontroll och integritet. Att anknyta till platsen tros bidra till att skapa en känsla av hem, behålla självidentitet och lyckas anpassa sig till åldrandet. Det finns en stark relation mellan den plats en person kallar hem och självidentitet och den platsen blir allt viktigare ju äldre personen blir. Vissa äldre anpassar sig till förhållandena de inte kan förändra och miljön kan förändras när den äldre personen fråntas vad han eller hon behöver. Flytten beskrivs som stressande och utmanande då den ofta är utlöst av någon form av förlust, antingen när det gäller personens hem, självständighet, make eller annan betydande person (Falk m.fl., 2013).

2.4 Äldre personers behov av näring

Åldrandeprocessen förändrar kroppssammansättningen och energibehovet. Minskad elasticitet i vävnader gör att magsäckens förmåga att utvidgas minskar och hypofysens reglering av mättnadskänsla och aptit förändras så att äldre personer upplever mättnad tidigare än förut. Samtidigt blir proteinomsättningen mindre effektiv och proteinbehovet ökar. Med det minskade energibehovet blir det svårt för äldre att genom endast vanlig mat tillgodose behovet av viktiga vitaminer och mineraler (Westergren, 2019a). Näringsintaget blir mindre på grund av att ämnesomsättningen hos äldre personer minskar, vilket också hänger samman med minskad muskelmassa och fysisk aktivitet, vilket leder till att deras energibehov minskar. Trots minskat energibehov behöver äldre personer samma proteinintag och mikronäringsämnen som yngre personer, men åldersrelaterade förändringar kan påverka förmågan att uppfylla detta behov. Agitation och vandrande vid demenssjukdom kan också öka energikraven (Cheah & Illsley, 2020).

Äldre personer äter inte lika mycket mat som de gjorde när de var yngre och aktiva, och det är därför en utmaning för äldre personer att få i sig den mängd näring de behöver. Utöver huvudmålen som är frukost, lunch och middag är mellanmål en viktig energikälla. Natfastan bör inte heller överstiga elva timmar (Westergren & Andersson, 2020). Natfasta är antalet timmar mellan den sista måltiden på kvällen och den första måltiden nästa dag. Elva timmar är maxantalet för natfasta, då det är svårt att tillgodose de äldres närings- och energibehov om det överskrids (Socialstyrelsen, 2020).

2.5 Undernäring hos äldre personer

Undernäring definieras som ett näringstillstånd där en brist, överskott eller obalans av energi, protein eller andra näringsämnen, inklusive mineraler och vitaminer, orsakar mätbara negativa effekter på en persons kroppsfunction och kliniskt resultat (Philpin m.fl., 2014). Undernäring är inte bara förknippat med den oavsiktliga viktminskningen utan också tillståndet av övervikt och fetma (WHO, 2022). Undernäring har negativa effekter på kroppens funktioner, såsom kardiovaskulära, njur-, andnings-, gastrointestinala, immunitetsrelaterade, och mentala effekter vilka kan leda till en högre grad av sjuklighet och dödlighet om de inte behandlas (Kucuk & Kapucu, 2017). De fysiologiska förändringar som sker i åldrandet ökar risken för undernäring. Äldre personer på särskilt boende bedöms vara särskilt utsatta. Undernäring kan leda till fysisk svaghet och ohälsa samt relateras till ökad mortalitet och sjuklighet. Utöver detta är äldre personer mindre benägna att återhämta sig från undernäring (Philpin m.fl., 2014).

Vanliga fysiologiska problem som påverkar nutritionsstatusen hos äldre personer är sensorisk förlust, nedgång i mun- och tandhälsa, minskad aptit, tuggproblem och hjälpberoende vid måltider (Kucuk & Kapucu, 2017). Äldres signalsystem som reglerar aptit och mättnad förändras vilket leder till snabbare mättnadskänsla (Westergren, 2019b). Äldre personer med försämrad ätförmåga har ökad risk för undernäring, uttorkning, försämrad sårhäkning, begränsad rörlighet och större risk för tidig död (Lee & Song, 2015, Watkins m.fl.,

2017; Goodwin m.fl., 2022). Orsaker till undernäring kan vara ökat behov av näringsämnen på grund av feber, infektion eller katabola störningar (Kucuk & Kapucu, 2017). Äldre personer riskerar att bli uttorkade eftersom förmågan att känna törst försämras när åldern ökar. Konsekvenser av uttorkning är urinvägsinfektion, förstoppning, njursvikt, läkemedelsförgiftning och förvirring. Vätskeintag är väsentligt för att stabilisera kroppens vätskebalans. Personalen bör därför vara observant på tecken på uttorkning som minskad urinproduktion, förstoppning, torra slemhinnor, förvirring och hudturgor (Westergren, 2019a).

Maten på särskilda boenden innehåller ofta otillräckligt med protein och mikronäringsämnen för att stödja adekvat hälsa och funktion. Särskilt oroande är mat med modifierad konsistens såsom pure eller mosad som ofta ges till personer med sväljningssvårigheter, denna typ av mat har ofta sämre sensorisk dragningskraft och låg näringsstäthet. Smak- och luktsinne är vanligen nedsatt hos äldre personer, särskilt de med demenssjukdom, vilket potentiellt försämrar näringsintaget och näringsstatus. Dysfagi är en betydande samsjuklighet som påverkar näringsintag och undernäring. Undernäring orsakar fall, dysfunktion och försämrad livskvalitet (Keller m.fl., 2017).

Depression, demenssjukdom, alkoholism och förlust av älskade personer är några av de psykologiska faktorerna som kan leda till undernäring. Sociala faktorer som kan leda till undernäring kan vara fattigdom, ensamhet, social isolering, bristande socialt stöd, och att inte bli serverad traditionell mat (Kucuk & Kapucu, 2017). Kognitiv funktionsnedsättning är ofta en betydande faktor till viktminskning och undernäring. Kognitiva brister, svårigheter med koordination gör det svårt att äta självständigt och sväljsvårigheter som följer med demenssjukdom påverkar också (Chea & Illsley, 2020; Lee & Song, 2015). En vanlig bieffekt av en sämre psykologisk eller känslomässig hälsa är minskad aptit och en nedgång i näringsstatus (Watkins m.fl., 2017).

2.6 Sjuksköterskans ansvarsområde

Sjuksköterskan har fyra ansvarsområden som beskrivs i ICN:s etiska kod för sjuksköterskor, vilka är *att främja hälsa, att lindra lidande, att återställa hälsa samt att förebygga sjukdom*. Det finns en etisk aspekt i all omvårdnad där sjuksköterskan är moraliskt ansvarig för bedömningar och beslut som genomförs. Framförallt riktar sig sjuksköterskans professionella ansvar till människor i behov av vård. Sjuksköterskan ska bidra till insatser som tillgodoser sårbara befolkningsgruppers hälsa och sociala behov. Sjuksköterskan ska visa omdöme gällande egen och andras kompetens med anledning av åtaganden samt delegering. Sjuksköterskan ska aktivt utveckla forskningsbaserad professionell kunskap som stödjer en evidensbaserad omvårdnad. Sjuksköterskan ska verka för en etisk organisationskultur och ha ett ställningstagande mot oetiska förhållanden och metoder (Svensk sjuksköterskeförening, 2017a).

Den legitimerade sjuksköterskan är ansvarig för omvårdnadsarbetet. Sjuksköterskan ska både självständigt och i samverkan med team, patient och dennes närstående bedöma, diagnosticera, planera och utvärdera omvårdnad. Sjuksköterskans kompetens inkluderar kunskap om komplexa behov och problem som rör bland annat näringsintag och kulturella faktorer. Sjuksköterskan har ett ansvar att konsultera teamets medarbetare om den egna kompetensen behöver kompletteras. Enligt kompetensbeskrivningen för legitimerad sjuksköterska är sjuksköterskans omvårdnadsansvar att bedöma patientens hälsotillstånd som inkluderar näringsbehov, identifiera problem gällande näringsintag och analysera vilka förebyggande åtgärder som kan användas för att motverka undernäring. Legitimerad sjuksköterska ska arbeta patientsäkert och följa regelverk för att förebygga att patienter drabbas av vårdskada. Omvårdnaden ska ske med respekt för mänskliga rättigheter, självbestämmande, integritet och värdighet. Omvårdnaden ska även ta hänsyn till människors vanor, tro och värderingar. En förutsättning för god omvårdnad är sjuksköterskans kompetens att etablera förtroendefulla relationer med patient och dennes närstående (Svensk sjuksköterskeförening, 2017b).

2.7 Författningar och styrdokument

Hälso- och sjukvårdslagen (SFS 2017:30), 3 kap. 1–2 §, beskriver att hälso- och sjukvårdspersonal ska bedriva hälso- och sjukvård av god kvalitet på lika villkor för hela befolkningen, där patientens integritet och självbestämmande respekteras. Hälso- och sjukvårdslagen (SFS 2017:30) 5 kap. 1–3 § beskriver att en god kvalitet inkluderar god hygienisk standard och att säkerställa kontinuerlig säkerhet och trygghet för patienterna. Det ingår också att främja goda relationer mellan patienten och vårdpersonalen.

Patientsäkerhetslagen (SFS 2010:659) 6 kap. 1 § förklarar att hälso- och sjukvårdspersonalen ska utföra sitt arbete i överensstämmelse med vetenskap och beprövad erfarenhet. Patientsäkerhetslagen (2010:659) 1 kap. 5 § beskriver att vårdskada avser lidande, kroppslig eller psykisk skada eller sjukdom samt dödsfall som hade kunnat undvikas om adekvata åtgärder hade vidtagits vid patientens kontakt med hälso- och sjukvården.

Socialtjänstens omsorg om äldre ska inriktas på att äldre personer får leva ett värdigt liv och känna välbefinnande (värdegrund). De äldre förtjänar att leva ett meningsfullt liv som innebär att värderas som en person som fortfarande är en del av samhället och därmed ska socialnämnden arbeta på omtanke av äldres trygghet och välbefinnande (Socialtjänstlagen 2001:453, 5 kap. 4 §).

2.8 Måltidens betydelse

Måltider och fika beskrivs som dagens höjdpunkt för de äldre på boenden då den ger en tidsmässig struktur på dagen och ger en möjlighet till samtal och sällskap. Mat och dryck genomsyras av sociala betydelser och används för att uttrycka och skapa relationer mellan

människor. Att dela måltid med andra är en integrerad del i släktskaps- och vänskapsnätverk vilket är viktiga aspekter av livskvalitet. Kopplingarna mellan mötet med äldre personers kostbehov och deras kulturella och sociala behov på särskilda boenden tycks också vara ett försummat område. Måltiderna är centrala i de äldres dagliga liv, att förbereda sig för och prata om måltider är viktiga sätt för de äldre att fördriva sin tid (Philpin m.fl., 2014).

Samtidigt är måltider utmanande och stressiga för personal då det finns problem med interpersonella relationer och äldre som drar sig tillbaka från sociala interaktioner. Måltidsstilen på särskilda boenden är ofta institutionella med regler fastställda av personalen reglerade enbart av medicinska rutiner. De äldre tillfrågas sällan om tidpunkten för måltider, vilken mat som ska serveras eller hur den ska serveras (Heikkilä m.fl., 2022).

Stressiga situationer, obekant miljö eller om uppfattningen av identitet sätts på spel kan påverka livskvaliteten markant. Måltider har en avgörande betydelsefull sociokulturell roll i äldreomsorgen men måltidsåtgärderna fokuserar på enstaka komponenter och saknar komplexiteten som förknippas med hälsans och välbefinnandets bestämningsfaktorer. Exempelvis är tillhandahållandet av näringsrika mellanmål kanske inte effektivt på lång sikt om intresset för att äta är undermåligt eller om måltidsassistans saknas. Likaså att ändra på utformningen av matsalen eller hur maten serveras kommer inte säkerställa en trevlig matupplevelse eller att den sociala aspekten blir bättre. De äldre upplever att de förlorar kontrollen när rutinmässiga beslut tas ifrån dem då personal antar paternalistiska förhållningssätt vid måltider. Ett nyckelelement i personcentrerad vård är att ge människor val och kontroll över sin vård, behandling och stöd (Watkins m.fl., 2017).

Måltider företräder mer än en näringskälla, måltider kan också erbjuda äldre personer och personal möjligheten att bilda sociala relationer. Mat används även för att fira, att ge tröst och uttrycka känslor (Watkins m.fl., 2017). Måltiderna är en central del av omvårdnaden kring äldre (Socialstyrelsen, 2014). Måltider är en integrerad del av det dagliga livet på särskilt boende och därför ett utmärkt tillfälle att utföra omvårdnad. Måltider är en del av tradition, familjeliv och identitet (Watkins m.fl., 2017).

2.8.1 Faktorer som påverkar måltiden

The Five Aspect Meal Model, FAMM är en modell som används för att beskriva vilka faktorer som spelar in i upplevelsen av en måltid och kan eventuellt identifiera vilken faktor som behöver förbättras (Westergren, 2019a). Modellen visar hur materiella och immateriella faktorer relaterar och tillsammans bildar en helhet, den används ofta i riktlinjer för särskilda boenden då den lämpar sig för att fånga olika aspekter av måltider på ett strukturerat sätt. De olika faktorer som inkluderas i modellen är rummet, produkten, mötet, styrsystemet och stämningen (Heikkilä m.fl., 2022; Rothenberg & Karlström, 2016).

Rummet är platsen där måltiden äts och det innebär också den fysiska miljön som innefattar bestick, inredning, ljus, ljud, lukt, designen på matsalen som är hemtrevlig och ett utrymme där alla kan umgås (Philpin m.fl., 2014). Produkten inkluderar mat och dryck som tillagas, konsumeras och serveras på olika sätt (Heikkilä m.fl., 2022). Mötet är interaktioner mellan

människor (Heikkilä m.fl., 2022; Keller m.fl., 2017; Philpin m.fl., 2014; Rothenberg & Karlström, 2016). Styrsystemet innebär lagar, regler, ekonomi, distribution av livsmedel och livsmedelshygien (Rothenberg & Karlström, 2016; Heikkilä m.fl., 2022). Styrsystemet innefattar effektiv planering av måltiden, fördelning av uppgifter och hur personalen ska utföra instruktionerna för att uppnå måltidskvalitet under hela dagen (Socialstyrelsen, 2014). Stämningen upplevs som ett resultat av andra faktorer (Keller m.fl., 2017).

Det finns olika faktorer som bidrar till upplevelsen av måltiden. Det är viktigt att känna till de olika faktorerna för att kunna anpassa eller dra nytta av dem (Heikkilä m.fl., 2022; Keller m.fl. 2017; Keller m.fl., 2022;). Portionsstorleken påverkar aptiten då en stor portion kan vara oaptitlig och övermäktig (Rothenberg & Karlström, 2016). Äldre personer med ättsvårigheter som dreglar och spiller kan bli ett stressmoment för bordskamrater som då kan uppfatta situationen som oaptitlig och tappa aptiten (Rothenberg & Karlström, 2016; Lee & Song, 2015). Matvanor kan påverkas av aspekter av levd erfarenhet inklusive kulturell och social bakgrund. Måltider har en viktig roll för välbefinnande och används som ett sätt för människor att delta i aktiviteter, umgås och uppleva glädje. Hos äldre personer som inte kan engagera sig i måltider skapas en känsla av rädsla eller förlust, särskilt om den äldre personen samtidigt har mer behov av vård såsom vid demenssjukdom (Goodwin m.fl., 2022). Undermålig munhälsa, lösa tänder eller icke passande proteser är faktorer som bidrar till sämre näringsintag. Smärtan och ångesten relaterat till den undermåliga munhälsan påverkar näringsintag. Förpackningar, lock och fat som är svåra att öppna orsakar stress vid måltider och förknippas med sämre näringsintag. Agitation, nedsatt förmåga att äta självständigt och att behöva hjälp kan resultera i minskat näringsintag och leder vanligtvis till otillräckligt näringsintag. Sinnen har en stark effekt på personens aptit (Keller m.fl., 2017).

2.9 Vårdvetenskapligt teoretiskt perspektiv

Inom detta område har Orems (2001) vårdvetenskapliga begrepp kring egenvård valts. Människans förmåga till egenomsorg räcker inte alltid till för att upprätthålla en egenvårdsbalans och då behövs professionell omvårdnad. Ett hinder för egenvårdsbalansen kan vara ålder. Genom att belysa Orems (2001) vårdvetenskapliga begrepp kring egenvård kan förståelse om människans behov hjälpa sjuksköterskan inom valt område.

Orem (2001) lyfter fram omvårdnad som en konst, där konsten är att skapa förutsättningar för människor att visa sig själv och sina medmänniskor omsorg och därmed främja hälsa. Orem (2001) menar att alla människor har kapacitet att visa sig själv och närstående omsorg genom att tillgodose hälsorelaterade behov. Människan ses som kapabel att göra bedömningar och handla för att uppnå hälsa, vilket betyder att tillgodose hälsobehov som skapar upplevelse av helhet och balans. Orem (2001) beskriver att hälsan är beroende av varje människas kapacitet att värna om sin integritet. Integritet och upplevelse av helhet är förutsättning för fysiskt, psykiskt och socialt välbefinnande. Ibland händer det att egenvårdsbehovet blir större än personens egenvårdskapacitet, och då kommer personen att behöva omvårdnad.

Orem (2001) har identifierat människans universella egenvårdsbehov, behov som vuxna och friska människor kan tillgodose på sitt eget och unika sätt. Ett av dessa behov är "upprätthållande av adekvat födointag". Orem (2001) hävdar att denna obalans har sjuksköterskan kompetens att uppfatta och utformar, i samråd med patient och närstående, en omvårdnadsplan för att återställa egenvårdsbalansen. Orem (2001) beskriver handlingarna som sjuksköterskan, patienten eller dess närstående bygger upp för att bevara eller återställa patientens egenvårdsbalans som omvårdnadssystem. Dessa system kan vara stödjande/undervisande-då patienten behöver sjuksköterskans stöd för att utveckla sin förmåga att genomföra egenvårdande aktiviteter, helt kompenserande-då patienten inte alls har kapaciteten i stunden för att klara av sin egenvård eller delvis kompenserande-då sjuksköterskan samarbetar tillsammans med patienten och eventuellt dess närstående för att patientens behov ska tillgodoses.

Egenvård är enligt Orem (2001) medvetna handlingar som människan utför dagligen för främjandet och upprätthållandet av liv, hälsa och välbefinnande. Människans egenvårdsbehov kan enligt Orem (2001) delas upp i tre kategorier. De universella egenvårdsbehoven handlar om intag av syre och föda samt vätska, skötsel av sin elimination, upprätthålla balans mellan aktivitet och vila samt mellan ensamhet och social gemenskap, förebygga risker och främja mänskliga funktioner. Egenvårdsbehoven som är relaterade till olika hälsoproblem handlar om att förebygga utvecklingen av skador eller negativa konsekvenser av människans beteenden. De utvecklande egenvårdsbehoven handlar om att behoven förändras genom livets olika faser och processer från födseln till döden (Orem, 2001).

2.10 Problemformulering

Ett vanligt förekommande problem idag är att många äldre personer som bor på särskilt boende lider av undernäring eller har stor risk att drabbas av undernäring. Äldre personer är mer utsatta för risken för undernäring på grund av de förändringar som åldrandet medför. Sjuksköterskans omvårdnadsansvar innebär att upptäcka och förebygga ett otillräckligt näringsintag hos de äldre. Tidigare forskning visar att det är flera olika faktorer som är bidragande till komplexiteten bakom näringsintaget bland äldre personer på särskilt boende.

Då det inte verkar finnas en gemensam uppfattning om hur man skapar goda förutsättningar för näringsintaget hos äldre personer på särskilt boende är det viktigt att skapa en samlad bild av vilka faktorer som främjar näringsintaget. Denna kunskapslucka behöver fyllas och ge bättre förståelse för hur näringsintaget kan förbättras. Examensarbetet kan bidra till underlag för reflektion och fördjupad förståelse för vilka faktorer som främjar äldre personers näringsintag. Det kan förhoppningsvis även underlätta att utforma en omvårdnad som kan möta äldre personers behov med beaktande av näringsintag och livskvalitet vid särskilt boende.

3 SYFTE

Syftet var att översiktligt beskriva faktorer som främjar näringsintaget hos äldre personer på särskilt boende.

4 METOD

I detta examensarbete valde författarna att göra en allmän litteraturöversikt enligt Friberg (2017). Enligt Friberg (2017) är en allmän litteraturöversikt en metod som är lätt att förstå och som skapar en beskrivande sammanställning över redan publicerade forskningsresultat. Metoden ger en överblick över det aktuella kunskapsläget inom ett område. En allmän litteraturöversikt sammanställer befintlig kunskap samtidigt som kunskapsluckor kan identifieras. I en allmän litteraturöversikt kan både kvantitativa och kvalitativa artiklar användas, vilket är en fördel då det ger ett bredare urval av artiklar att använda. Arbetet i en litteraturöversikt är systematiskt där alla steg redovisas.

4.1 Datainsamling och urval

Vårdvetenskapliga artiklar har valts ut i databaserna CINAHL plus och PubMed. Enligt Karlsson (2017) innehåller dessa databaser artiklar om omvårdnad. För att hitta så tidsrelevanta artiklar som möjligt samtidigt som tillräckligt urval avgränsades sökningen till publikationsåren 2013–2022. I sökningarna har funktionen advanced search, full text, abstract available, peer reviewed och årtal för publikation använts. Enligt Segesten (2017) vill forskare sprida sina resultat genom att publicera sin forskning på engelska, därför gjordes ingen avgränsning här eftersom nästan alla träffar är på engelska. Östlundh (2017) skriver att funktionen peer review är en form av kvalitetsgranskning som sorterar ut artiklar från endast vetenskapliga tidskrifter. Om den funktionen inte finns kan informationen hittas i andra databaser. Peer review finns inte i PubMed så artiklarna som söktes där har granskats i UlrichWeb för att se om dessa är publicerade i vetenskapliga tidskrifter.

Enligt Östlundh (2017) beskrivs informationssökningen som två faser där den inledande fasen är experimentell och formar förståelsen för relevanta källor följt av den egentliga informationssökningen som är mer målanpassad och precis för att besvara syftet. Enligt Friberg (2017) bör artiklarna i litteratursökningen värderas med påhittighet och frihet och för att kunna se artiklarnas särdrag kan ett helikopterperspektiv gynna urvalet av artiklar som kan tänkas svara på syftet. Denna andra fas i informationssökningen betonar vikten av vetenskapliga artiklar hämtade från akademiska databaser. För att behålla innebörden i sökorden som översatts från svenska till engelska har Svensk MeSH använts som en ordlista. Då inga lämpliga termer hittades har översättning gjorts med hjälp av googles översättnings

funktion och onlinelexikon.

Sökorden som användes var “elderly in nursing homes”, “mealtime”, “undernourished or malnutrition or malnourished”, “eating”, “nursing home”, “measures at mealtime”, “promote or enhance eating”, “malnourishment or malnutrition or undernourishment or nutrition”, “nourishment”, “nursing care or nursing measures at mealtime”, “malnutrition or undernourished”, “measures at mealtime or prevention”, “elderly or aged or older or elder or geriatric”, “taste” och “care homes”. Sökorden har kombinerats med boolesk söklogik “AND”, “OR” och “NOT” för att kunna erhålla bra urval.

Enligt Friberg (2017) ska artiklarna som väljs tydligt besvara syftet vilket innebär att artiklarna inkluderas eller exkluderas. Inklusionskriterier för detta examensarbete var äldre personer som bor på särskilt boende och faktorer som främjar näringsintaget.

Exklusionskriterierna var artiklar som inte tydligt besvarade examensarbetets syfte samt artiklar som är litteraturöversikter är inte inkluderade.

Titlarna lästes vid sökningen vilket gav en uppfattning om vilka artiklar som passade examensarbetet, senare lästes abstracts för att se om examensarbetets syfte besvarades.

Sökningarna resulterade i 389 träffar, samtliga av dessa titlar lästes, av dessa lästes 33 abstracts och 21 full text. Se bilaga A - sökmatrixen för en tydlig redovisning av sökningar.

Artiklarna kvalitetsgranskades med inspiration utifrån Friberg (2022), frågor gällande tydlighet, diskussion och resonemang i forskningsprocessens delar. Dessa frågor innebar att besvara om kriterierna för en vetenskaplig artikel uppfyllts eller ej. Av Friberg (2022) granskningsfrågor för kvalitativa respektive kvantitativa artiklar valdes 9 frågor som ansågs relevanta och passade till både kvalitativa och kvantitativa artiklar. Friberg (2022) föreslår att frågor som besvaras Ja ger 1 poäng och frågor som besvaras Nej ger 0 poäng. Se bilaga B. Kvalitetsgranskningen visade att samtliga 11 artiklar erhöll en hög kvalitet.

4.2 Genomförande och analys

Analysmetoden som används för allmän litteraturöversikt enligt Friberg (2017) delas in i fyra steg. Första steget är att läsa artiklarna flera gånger för att få en förståelse för vad artiklarnas författare vill förmedla. Artiklarna lästes flera gånger för att förstå innehållet och få en helhetsbild. Steg 2 är att skapa en tabell för en tydlig överskådlighet av artiklarna. En översiktstabell skapades som presenterade artiklarnas syfte, metod och resultat. Se bilaga C. Steg 3 är att identifiera likheter och skillnader i artiklarnas syfte, analysgång, metodologiska tillvägagångssätt och så småningom artiklarnas resultat (Friberg, 2017). Den strukturerade tabellen användes för att jämföra artiklarnas syfte, analys, datainsamlingsmetoder, deltagare och resultat. De kvalitativa och kvantitativa artiklarna jämfördes var för sig för att hitta likheter och skillnader. Steg 4 beskrivs av Friberg (2022), som menar att teman ger läsarna bättre förståelse för resultatet. I steg fyra lästes artiklarnas resultatdel flera gånger och det som handlade om samma sak sorterades i kategorier. Det mest väsentliga i artiklarnas resultat ströks under med olika färger och presenterades senare i form av teman.

4.3 Etiska överväganden

Forskningsetik innebär att etiska överväganden görs genomgående under varje handling i hela examensarbetet från planering till återrapportering av resultatet. Författarna till detta examensarbete strävade efter att skapa och uppnå ett examensarbete av god kvalitet genom att följa de etiska riktlinjerna och reglerna i CODEX (2021). För att uppnå en god kvalitet bör examensarbetet genomföras korrekt och integriteten upprätthållas genom att oredlighet undviks. De artiklar som valdes ut för detta examensarbete söktes genom databasen och alla var "Peer reviewed", vilket innebär att artiklarna validerats av ämnesexperter, vilket ökar artiklarnas kvalitet (Codex, 2021). Polit och Beck (2021) förklarar att oredligheter, såsom fabrikation och förfalskning förvränger den vetenskapliga integriteten. Examensarbetets trovärdighet har bibehållits av författarna till detta examensarbete genom att tydligt hänvisa information till källor. Kjellström (2017) betonar att det är plagiat att kopiera andra personers ord, resultat och/eller idéer utan att ge erkännande till rätt författare eller källor. APA-manualen, sjunde upplagan (American Psychological Association, 2020) har använts i referenshänvisningar och i referenslistan för att visa på tydligt sätt hur referenser ska skrivas och lätt att se vilka referenser som använts i examensarbetet. På så sätt minskar risken för plagiat. De etiska resonemangen för varje vald artikel var tydliga, vilket också ökade artiklarnas kvalitet. Kjellström (2017) påpekar att det finns en möjlighet att feltolkningar kan uppstå vid analysen av artiklarna om man inte behärskar språket fullständigt. Översättningen har bearbetats noggrant genom diskussion och användning av lexikon. Enligt Friberg (2017) är det viktigt att beakta att förförståelsen i ämnet kan påverka objektiviteten till den nya kunskapen och att ha ett kritiskt förhållningssätt så att inte resultatet påverkas. Förförståelse är kunskaper och erfarenheter som författarna har sedan tidigare. Författarna har strävat efter att vara medvetna om sin förförståelse och diskuterat valet av artiklar och analysgången för att inte missa helhetsbilden.

5 RESULTAT

Resultatet bygger på elva artiklar. Likheter och skillnader presenteras i artiklarnas syfte, metod och resultat.

5.1 Likheter och skillnader i syften

Det finns flera likheter och skillnader i artiklarnas syften. En likhet i samtliga artiklar var att de berörde äldre personer på särskilt boende (Batchelor-Murphy m.fl., 2019; Divert m.fl., 2015; Hansen m.fl., 2018; Hanssen & Kuven, 2016; Liu m.fl., 2020; Liu m.fl., 2017; Milte

m.fl., 2018; Tsai m.fl., 2020; Van Wymelbeke m.fl., 2020; Visscher m.fl., 2020; Wendin m.fl., 2021).

Samtliga fyra kvantitativa artiklars syften handlade om att öka äldre personers näringsintag (Batchelor-Murphy m.fl., 2019; Divert m.fl., 2015; Van Wymelbeke m.fl., 2020; Visscher m.fl., 2020). Två kvantitativa artiklars syften var att utforska effekten av måltidens kontextuella faktorer (Batchelor-Murphy m.fl., 2019; Divert m.fl., 2015). Syftet i en artikel handlade om att utvärdera om igenkännliga mellanmål berikade med frukt- och grönsaker var möjligt och genomförbart som ett sätt att öka näringsintaget hos äldre personer med demenssjukdom (Visscher m.fl., 2020). Tre kvantitativa artiklars syften liknade varandra i användningen av begreppet nursing home (Batchelor-Murphy m.fl., 2019; Divert m.fl., 2015; Van Wymelbeke m.fl., 2020). Två artiklar använde begreppet food intake i syftet (Divert m.fl., 2015; Van Wymelbeke m.fl., 2020).

Tre av de kvalitativa artiklarnas syften liknade varandra då de riktade in sig på äldre personer med demenssjukdom (Hanssen & Kuven, 2016; Hansen m.fl., 2018; Liu m.fl., 2017). Även fyra av de kvalitativa artiklarna hade syften som handlade om effekten av måltidens kontextuella faktorer (Hansen m.fl., 2018; Liu m.fl., 2020; Liu m.fl., 2017; Milte m.fl., 2018). En artikels syfte var att utforska motiven bakom varför anhöriga besöker sina äldre under måltider (Tsai m.fl., 2020). En artikel undersökte sambandet mellan näringsintag och dyadiska verbala interaktioner (Liu m.fl., 2020). Ytterligare en artikel ville få fram äldre personers preferenser och viljan att betala för detta (Milde m.fl., 2018). Två kvalitativa artiklars syften använde begreppet nursing home (Liu m.fl., 2017; Tsai m.fl., 2020). Två artiklar använde begreppet food intake i syftet (Hansen m.fl., 2018; Liu m.fl., 2020).

Syftet i artikeln med mixad metod var att utvärdera tycke och praktiska aspekter av protein- och energiberikade mellanmål avsedda för äldre personer på särskilt boende genom att använda kvantitativa och kvalitativa bedömningar (Wendin m.fl., 2021).

5.2 Likheter och skillnader i metod

Här presenteras artiklarnas ansats, datainsamlingsmetod, dataanalysmetod, deltagare och land.

Fyra av elva artiklar använde kvantitativ ansats (Batchelor-Murphy., 2019; Divert m.fl., 2015; Van Wymelbeke m.fl., 2020; Visscher m.fl., 2020). Sex av elva artiklar använde kvalitativ ansats (Hanssen & Kuven, 2016; Hansen m.fl., 2018; Liu m.fl., 2020; Liu m.fl., 2017; Milte m.fl., 2018; Tsai m.fl., 2020). Mixad metod användes i en artikel (Wendin m.fl., 2021).

Tre kvantitativa artiklar använde sig av enkäter i insamlandet av data (Van Wymelbeke m.fl., 2020; Visscher m.fl., 2020; Divert m.fl., 2015). Van Wymelbeke m.fl. (2020) använde enbart enkäter som presenterades som statistik. Visscher m.fl. (2020) använde sig av enkäter i form av återkopplingsformulär som kombinerades med matdagböcker och presenterade resultaten i statistisk form. Divert m.fl. (2015) använde utöver enkäter även observationer som

analyserades med statistisk analysform. Den sista kvantitativa artikeln använde demografisk information genom utdrag ur journaler (Batchelor-Murphy m.fl., 2019). Ursprungligen gjordes denna dokumentation för att få förståelse för varför vissa personer utvecklade trycksår och andra inte, denna information var utformad så att den även kunde användas till att besvara andra forskningsfrågor.

Fyra kvalitativa artiklar använde intervjuer i insamlingen av data (Hansen m.fl., 2018; Tsai m.fl., 2020; Hanssen & Kuven, 2016; Milte m.fl., 2018). Hansen m.fl. (2018) använde sig utöver intervjuer även av enkäter och observationer och analyserade den insamlade datan med grounded theory. Tsai m.fl. (2020) hade semistrukturerade intervjuer i sin insamling av data och den analyserades med ett deskriptivt, fenomenologiskt, hermeneutiskt tillvägagångssätt. Hanssen och Kuven (2016) använde sig av djupintervjuer med öppen diskussion och analyserade den insamlade datan med hermeneutisk analysgång. Milte m.fl. (2018) använde intervjuer tillsammans med enkäter och analyserade datan med statistik.

Två kvalitativa artiklar samlade in sin data med hjälp av observationer (Liu m.fl., 2020; Liu m.fl., 2017). Liu m.fl. (2020) analyserade videofilmade observationer med hjälp av sekundär beteendekodning. Liu m.fl. (2017) analyserade sina observationer med hjälp av statistik.

Artikeln med mixad metod kombinerade enkäter med fokusgruppsdiskussioner som hade semistrukturerad intervjuguide till hjälp. Analysmetoden som användes till detta var statistisk analysform (Wendin m.fl., 2021).

5.2.1 Deltagare, boenden och land

Tabell 1: Översikt över artiklarnas deltagare, boenden och land

Artikel nr.	Antal deltagare	Män	Kvinnor	Antal boenden	Ålder	Land
1	82	9	63	6	71-101	Frankrike
2	12	7	5	1	65-85	Norge
3	18	8	10	4	65-100	Japan
4	25	10	15	9	64-96	USA
5	15	*	15	8	71-104	USA
6	10	4	6	3	80+	Sverige
7	15	*	15	1	*	Nederländerna
8	786	*	*	54	65+	USA
9	57	5	52	6	*	Norge

10	42	13	29	3	71-99	Frankrike
11	121	41	80	3	*	Australien

* Informationen framgår inte

5.3 Likheter och skillnader i resultat

Här presenteras tre teman som framkom efter analys av likheter och skillnader i artiklarnas resultat. Dessa teman är att främja näringsintaget genom att värna om sinnesintryck, att skapa en familjär atmosfär samt att erbjuda berikade mellanmål.

5.3.1 Att värna om sinnesintryck

De äldre tyckte ofta att storleken på de serverade portionerna var för stora (Divert m.fl., 2014; Hansen m.fl., 2018; Milte m.fl., 2017; Wendin m.fl., 2021). För mycket mat på tallriken fick de äldre att äta mindre då intrycket av en för stor portion fick dem att känna sig överväldigade. De äldre tyckte att personalen skulle kunna fråga hur mycket mat de ville äta vid serveringen (Hansen m.fl., 2018; Wendin m.fl., 2021). De äldre njöt mer av måltiden om de kunde välja hur mycket mat de ville ha, att föreslå två portioner grönsaker istället för en ledde till en 32% ökning av köttkonsumtionen (Divert m.fl., 2014).

En viktig faktor för de äldre på särskilda boenden var smaken på maten (Milde m.fl., 2017; Tsai m.fl., 2020). De äldre verkade njuta av matdofter (Hansen m.fl., 2018; Tsai m.fl., 2020). Välbekanta smaker och dofter skapade glädje, förbättrade aptiten, ökade näringsintaget och främjade livskvalitet (Hanssen & Kuven, 2016). När den sensoriska kvaliteten på maträtterna förbättrades sågs en ökning av måltidsnjutning och näringsintag, särskilt när de äldre upplevde en både visuellt-, textur- och smakförbättring i kombination. Även variation förbättrade näringsintaget, när de äldre serverades olika sorters mat åt de mer än när de serverades samma sort. Förbättringen av den sensoriska kvaliteten och variationsutbudet ledde till en 7% ökning av kaloriintaget (Van Wymelbeke m.fl., 2020).

Ett bredare urval av tillbehör vid sidan av rätten, exempelvis såser eller kryddor, visade sig förbättra näringsintag och måltidsnjutning eftersom de äldre då kände kontroll över sin måltid när de kunde krydda den efter egen smak (Divert m.fl., 2014; Van Wymelbeke m.fl., 2020). Tillbehören gjorde det möjligt för de äldre att förstärka smaken vilket kompenserar för nedgången i smak- och luktsinne. Tillbehören på bordet utlöste även konversationer bland de äldre som ökade gemytligheten och bidrog till ökad måltidsnjutning. Ett större urval av kryddor på bordet ledde till att riskonsumtionen ökade med 35% (Divert m.fl., 2014).

De äldre fick en bättre måltidsupplevelse när tallrikarna var färgade, varje försök med olikfärgade porslinstallrikar resulterade i högre näringsintag än de i dagligt bruk (Hansen m.fl., 2018).

När personalen interagerade och talade med de äldre under måltiden visade det sig positivt för näringsintaget medan de intog dryck men verkade avbrytande när de intog fast föda. För mycket interaktion stör processen att tugga och svälja maten och initiera nästa tugga. Detta fynd visade vikten av hur individanpassade måltidsinsatser främjar näringsintaget (Liu m.fl., 2020).

De äldre ansåg att maten på tallriken måste se aptitlig ut när den serverades för att stimulera aptiten (Hansen m.fl., 2018; Wendin m.fl., 2021). Matens utseende skapade förväntningar på dess kvalitet och hur det ska smaka. Färg och temperatur påverkade den upplevda smaken. Med hjälp av färg identifierades vilken typ av mat som skulle ätas och temperaturen påverkade smakfrigöringen. Även matens konsistens visade sig vara en viktig faktor för de äldre, trots att de flesta äldre tyckte att svårtuggad mat smakade bäst föredrog de ändå mat som var lätt att tugga (Wendin m.fl., 2021).

Det visade sig att äldre personer med demenssjukdom som fick mycket hjälp vid måltider, även med snacks och tillskott, visade fler viktförändringar än äldre utan demenssjukdom. Äldre med demenssjukdom som var helt beroende av hjälp vid måltider åt upp 80% av maten på tallriken jämfört med de som endast fick hjälp att plocka fram sakerna på bordet som åt upp 68%. Äldre utan demenssjukdom som var helt beroende av hjälp vid måltider åt upp 85% av maten på tallriken jämfört med de som endast fick hjälp att duka fram på bordet som åt upp 73% (Batchelor-Murphy, 2019).

Positiva sinnesintryck från den fysiska miljön och den sociala interaktionen med personal främjade näringsintaget. Ett bättre näringsintag sågs när måltider var individanpassade efter varje äldre persons behov och preferenser (Liu m.fl., 2017). Musik i bakgrunden uppskattades av några av de äldre men inte av alla. Musiken kunde störa konversationerna och vara en faktor som bidrog till sämre måltidsnjutning (Divert m.fl., 2014).

5.3.2 Att skapa en familjär atmosfär

Att skapa en familjär atmosfär vid måltiden förbättrade näringsintaget hos äldre personer på särskilt boende (Hansen m.fl., 2018; Milte m.fl., 2017; Tsai m.fl., 2020; Wendin m.fl., 2021). Att ställa fram den lagade maten på bordet visade sig förbättra både ökning av kroppsvikt, deltagande vid måltider och gav även en högre livskvalitet. Detta förstods bero på ökat fokus på självständighet och att de äldre inte behövde välja mat förrän tidpunkten för konsumtion i samband med måltider (Milde m.fl., 2017).

Positiva upplevelser vid måltider visade sig ge ett högre näringsintag och den sociala dimensionen visade sig även ha betydelse för välbefinnandet. De äldre tyckte om att sitta tillsammans runt ett stort bord vid måltider eftersom atmosfären blev mer hemtrevlig och familjeliknande (Wendin m.fl., 2021). Att äta tillsammans i en vänlig atmosfär var positivt för de äldre. Att förtära och dela måltiden med andra blev ett sätt att lära känna varandra, både personal och medboende. Om personalen åt tillsammans med de äldre skapade det en lugn atmosfär och samtal mellan personal och de äldre runt bordet. Om personalen var upptagna i

köket eller med mediciner blev de äldre mer oroliga vilket skapade en stökig måltidsatmosfär (Hansen m.fl., 2018).

Näringsintaget och måltidsupplevelsen var bättre när familjemedlemmar var närvarande. De äldres familjemedlemmar besökte äldreboendet vid måltider för att göra måltidsupplevelsen liknande när de bodde med sin familj. Familjemedlemmarna försåg även de äldre med mat som de brukade äta hemma innan de flyttade till äldreboende. Genom att närvara vid måltider fick boendemiljön en tröstande atmosfär som liknande att äta med sin familj (Tsai m.fl., 2020).

Traditionell hemlagad mat förbättrade de äldres aptit vilket även förbättrade näringsintaget (Hanssen & Kuven, 2015; Tsai m.fl., 2020; Wendin m.fl., 2021).

Matvanor utvecklas utifrån etnicitet, religion, grupp tillhörighet, socioekonomisk status och världsbild. Det förklarar den traditionella matens betydelse för minnen, glädje, socialt och fysiskt välbefinnande och livskvalitet. Traditionell mat skapade en känsla av tillhörighet och glädje. Upplevelsen hade en lugnande effekt och gav en känsla av trygghet. Bekanta lukter och smaker väckte trevliga minnen och stärkte känslan av välbefinnande, identitet och tillhörighet hos de äldre (Hanssen & Kuven, 2015).

5.3.3 Att erbjuda berikade mellanmål

Att berika attraktiva produkter för att passa äldre personers näringsbehov kan vara ett sätt att försäkra sig om att näringsintaget blir adekvat. Energi- och proteinberikade mellanmål kan serveras för att bibehålla vikten hos äldre personer på särskilt boende. Färgglada mellanmål med liten portionsstorlek föredrogs. När produkten hade rätt temperatur nåddes högt tycke för smak och konsistens. De mest omtyckta mellanmålen var frysta, kalla och söta. Högst poäng fick glass och svensk cheesecake. Kall temperatur sätter igång sväljningsprocessen och gör produkten lättare att svälja. De äldre kunde svälja sina mediciner mycket lättare med havre- och äggbaserade drycker jämfört med vatten (Wendin m.fl., 2021).

Mellanmål som kan ätas med fingrarna kan användas för att motverka undernäring hos äldre personer med demenssjukdom. I en forskningsstudie utvärderades det om frukt- och grönsaksrik plockmat i form av välbekanta mellanmål som serverades mellan huvudmålen kunde vara ett genomförbart sätt att få de äldre med demenssjukdom att öka sin näringsstatus. Det visade sig att frukt- och grönsaksrik plockmat verkade vara ett möjligt sätt att öka frukt- och grönsakskonsumtionen och det totala näringsintaget hos äldre personer med demenssjukdom. Bakverk som innehöll frukt och grönsaker var ett enkelt sätt att få de äldre att äta mer frukt och grönsaker. De äldre accepterade plockmaten när den såg ut som mat de kände igen och deras dagliga frukt- och grönsakskonsumtion ökade med 45%. Dessutom tycktes de äldre inte kompensera detta extra näringsintag genom att äta mindre kvällsmiddag (Visscher m.fl., 2020). Att erbjuda kosttillskott eller snacks mellan måltider ökade avsevärt de äldres dagliga näringsintag, särskilt när matningshjälp tillhandahölls de äldre med demenssjukdom. (Batchelor-Murphy, 2019).

6 DISKUSSION

Här redovisas en resultatdiskussion, metoddiskussion och avslutningsvis en etikdiskussion.

6.1 Resultatdiskussion

Resultatdiskussionen är uppdelad i artiklarnas syften och metoder samt artiklarnas resultat. Temadelen som redovisas i resultatet diskuteras i relation till tidigare forskning och vårdvetenskapligt teoretiskt perspektiv i bakgrunden.

6.1.1 *Artiklarnas syfte och metod*

Alla artiklar i examensarbetet handlade om äldre personer på särskilt boende och hur äldre personers näringsintag kunde förbättras. Av de elva artiklarna handlade sex artiklars syften om ökat näringsintag. Sex artiklars syften var att undersöka hur måltidens sammanhang påverkar näringsintaget. Fyra av artiklarnas syften handlade specifikt om äldre personer med demenssjukdom. Fyra artiklars syften använde begreppet *nursing home* och fyra använde begreppet *food intake*. Enligt Henricson (2017) betyder syfte att se framåt, målet får inte förloras ur sikte om det ska kunna svara på vad som ska göras. Syftet ska svara på det forskaren undrar över. Syftet ska ge en tydlig bild av vad som ska studeras och är utgångspunkten när datainsamlingsmetod ska väljas. Kristensson (2014) förklarar att syftet beskriver vilken befolkningsgrupp som ska granskas och vilket fenomen som är styrande. Friberg (2017) skriver även att problemet är avgränsat när syftet har formulerats.

Fyra artiklar använde kvantitativ ansats. Billhult (2017c) skriver att kvantitativa metoder använder strukturerade mätningar eller observationer för att studera området som ska besvaras och ofta presenteras den insamlade datan i siffror. Sex artiklar hade en kvalitativ ansats. Henricson & Billhult (2017) beskriver att kvalitativa metoder används för att studera personers erfarenheter och att personers beskrivningar analyseras och tolkas för att skapa förståelse och ny kunskap. En artikel använde mixad metod. Borglin (2017) skriver att det finns flera fördelar med att använda mixad metod. Genom att kombinera kvalitativ och kvantitativ metod kan begränsningar reduceras samtidigt som styrkor återstår. På så sätt stärks trovärdigheten.

En artikel med kvantitativ ansats använde observationer som datainsamlingsmetod. Av de sex artiklarna med kvalitativ ansats använde tre av dem observationer som datainsamlingsmetod. Kjellström (2017) skriver att i kvalitativa metoder så som observationer skapas nära relationer men att det finns risker med den närheten. Två artiklar använde videofilmade observationer. Polit och Beck (2021) skriver att filmkameror inte upplevs lika påträngande som en medverkande observatör men även att resultaten kan bli felaktiga om deltagarna spelar teater framför kameran. Annars är kameran ett utmärkt sätt att iaktta människors beteende. Sekundär beteendekodning användes när de videoinspelade observationerna skulle analyseras. Enligt Polit och Beck (2021) tolkar och analyseras datan

med hjälp av ett kodningssystem som möjliggör att katalogisera och samla ihop delar för närmare granskning.

Den kvantitativa artikeln med observationer som metod använde sig även av enkät i datainsamlingen. Även sex andra artiklar använde sig av enkäter eller frågeformulär. Enligt Polit och Beck (2021) är inte enkäter och frågeformulär lika tidskrävande som intervjuer. Billhult (2017a) skriver att enkäter är ett bra sätt för att samla in information från många människor under kort tid. Denna metod är kostnadseffektiv och har ofta hög svarsfrekvens. Tillsammans med återkopplingsformulär använde en artikel även matdagböcker och BMI, body mass index. Enligt Billhult (2017b) är mätning av kroppsmått ett exempel på mätning med mätinstrument. Det är även viktigt att välja rätt mätinstrument och diagnostiskt test för att få ett korrekt resultat. Enligt Carlson (2017) samlar forskaren in data genom observationer och samtal under fältarbetet genom fältanteckningar.

En artikel använde utöver enkäten även fokusgruppsdiskussioner med semistrukturerad intervjuguide. Enligt Wibeck (2017) bygger metoden på att ämnen och ideer diskuteras i grupp, därför är en stor fördel chansen att använda sig av den interaktionen som uppstår i diskussionen. Metoden lämpar sig för känsliga ämnen då deltagare har möjligheten att välja om de vill dela med sig av sorgliga händelser eller låta bli. En semistrukturerad intervjuguide används endast som stöd under intervjun, den som intervjuar behöver vara väl förberedd med sina frågor för att intervjun inte ska störas. I en semistrukturerad intervju är frågorna öppna och den som intervjuar behöver inte ställa frågorna i samma ordning som de formulerades, utan är fri att anpassa sig till vad som sker under intervjun (Danielson, 2017).

En av artiklarna använde sig av semistrukturerad intervjuguide tillsammans med gruppintervjuer utöver observation och enkät. Dessa metoder analyserades med hjälp av grounded theory. Sandgren (2017) beskriver hur analysmetoden utforskar det som är väsentligt och att analysen pågår vid sidan om datainsamlingen. Enligt Polit och Beck (2021) är fokusgruppsdiskussioner en form av gruppintervjuer där en grupp människor samlas för diskussion. Moderatoren använder sig av en semistrukturerad intervjuguide i planeringen av ämnen som ska tas upp och främjar en behaglig gruppdynamik genom att välja människor med liknande bakgrund.

En artikel använde utöver enkät även intervjuer. Enligt Danielson (2017) är intervjuer en vanlig metod för att samla in data trots att den är både tidskrävande och kostsam men enligt Polit och Beck (2021) ger intervjuer information av hög kvalitet. Två artiklar använde enbart intervjuer i sin datainsamling. Den ena med semistrukturerade intervjuer. Danielson (2017) skriver att detta är en intervju med öppna frågor som är flexibel med följdfrågor till ett fåtal formulerade frågor. Om den som intervjuar är styrd av en intervjuguide med för ingående frågor kan samspelet i intervjusituationen gå förlorad. En av de semistrukturerade intervjuerna analyserades med en fenomenologisk hermeneutisk tolkningsmetod. Enligt Persson och Sundin (2017) behöver upplevelsen av ett fenomen berättas och omvandlas till text för att kunna delas med andra människor. På så vis blir innebörden i personens levda erfarenhet tillgänglig för tolkning.

Den andra använde djupintervjuer med öppen diskussion. Enligt Polit och Beck (2021) bör formuleringen av frågorna övervägas noga för att de ska vara meningsfulla och återspegla respondentens världsbild, forskaren behöver anstränga sig för att förstå termer och dess nyanser om den ska studera en viss kultur eller en grupp människor. Ofta börjar respondenternas konstruktion av sin upplevelse framträda efter långa djupgående dialoger och en avgörande skicklighet hos en djupintervjuare är att vara en god lyssnare, bekväma med pauser och tystnader för att låta respondenten bestämma takten. En respondent som inte litar på intervjuaren kommer inte att dela mycket information, därför måste intervjuaren förbereda respondenten för intervjun och göra den lugn genom isbrytande småprat de första minuterna innan själva intervjun börjar. Vid en nära relation med respondenten får intervjuaren tillgång till rikare information och berättelsen ger mer intima detaljer (Polit & Beck, 2021). Djupintervjun analyserades med hermeneutiskt tillvägagångssätt. Enligt Friberg och Öhlén (2017) handlar hermeneutik om att tolka och förstå för att komma underfund med människors handlingar utifrån dess sammanhang.

Fyra kvantitativa, två kvalitativa och artikeln med mixad metod analyserade data med hjälp av statistik. Enligt Billhult (2017d) ska insamlad data presenteras så att resultatet sätts in i ett sammanhang.

6.1.2 Artiklarnas resultat

Ur resultatet framkom att de äldres aptit stimulerades om maten på tallriken såg aptitlig ut, matens utseende skapar förväntningar på smak och kvalitet. Viktigt visade sig färgen på maten vara, färger verkade påverka hur smaker uppfattades. Det kan relateras till Keller m.fl. (2017) att sinnen har en stark effekt på aptiten som bidrar till att öka näringsintaget. Edberg och Wallin (2019) förklarar också att kognition innebär förmåga att tolka sensoriska förnimmelser. Resultatet visade att de äldre ofta tyckte att maten serverades i för stora portioner. De tyckte att de kunde få bli tillfrågade innan servering hur mycket mat de ville ha på tallriken. Det kan kopplas till vad Rothenberg och Karlström (2016) skriver, att portionsstorleken påverkar aptiten och att för mycket mat på tallriken kan bli övermäktig och oaptitlig. Det kan även kopplas till Heikkilä m.fl. (2022) hur rutinerna oftast fastställs av personal och att de äldre sällan tillfrågas hur de vill ha maten serverad. Enligt Orems (2001) vårdvetenskapliga perspektiv ses människan som kapabel att bedöma hur hälsa uppnås. Det betyder att hälsobehov tillgodoses så att upplevelse av helhet och balans skapas. Detta kan relateras till Livsmedelsverket (2023) som menar att energibehovet varierar från dag till dag. Även Hälso- och sjukvårdslagen (SFS 2017:30) kan kopplas till detta då vård ska innefatta respekt för patientens autonomi och integritet.

I resultatet framkom att aptit och näringsintag ökade om de äldre kände doften av mat och serverades mat som smakade gott. Detta kan relateras till Keller m.fl. (2017) som menar att mat med modifierad konsistens som ofta ges till personer med sväljsvårigheter har en sämre sensorisk dragningskraft. Resultatet visade att tillbehör vid sidan av maträtten ökade näringsintaget. Det gjorde det möjligt för de äldre att krydda efter egen smak och förstärka smaken på maten vilket kompenserar för försämrat smaksinne. Detta relaterar till Keller m.fl. (2017) som beskriver att smak- och luktsinne försämras vid åldrandet vilket påverkar näringsintaget. Resultatet visade att de äldre föredrog mat som är lättuggad även om de

samtidigt tyckte att svårtuggad mat smakade bättre. Detta kopplas till Andersson (2019) som skriver att det kan vara svårt för de äldre att äta om de drabbats av muntorrhet som gör det svårt att tugga och svälja maten. Det kan också kopplas till Cheah och Illsley (2020) och Lee och Song (2015) att kognitiva brister och sväljsvårigheter påverkar näringsintaget. Även Küçük och Kapucu (2017) och Lee och Song (2015) belyser hur mun- och tandhälsan kan orsaka tuggproblem och svårigheter att svälja.

I resultatet framkom att interaktion med de äldre med demenssjukdom under måltider kunde ha både positiv och negativ inverkan på näringsintaget. Det kan förklaras av Edberg och Wallin (2019) som skriver att äldre personer med nedsatt kognitiv funktion har svårt att utföra handlingar som kräver uppmärksamhet och fokus. Bravell (2021) skriver även att uppmärksamhet kräver förmåga att fokusera på den aktuella aktiviteten och ignorera störningar runt omkring. Resultatet visade även att äldre personer med demenssjukdom som fick mycket hjälp vid måltider visade fler viktförändringar än äldre utan demenssjukdom. Positiva sinnesintryck från den fysiska miljön och den sociala interaktionen med personal främjade näringsintaget. Detta kan relateras till Rothenberg och Karlström (2016) och Keller m.fl. (2017) som menar att vid omsorgsmåltider kan personal ge stöd till de som behöver hjälp. Även Svensk sjuksköterskeförening (2017a) relateras till detta då sjuksköterskan ska bidra till insatser som tillgodoser sårbara befolkningsgruppers hälsa och sociala behov. Det kan också kopplas till kompetensbeskrivningen för legitimerad sjuksköterska att sjuksköterskans omvårdnadsansvar inkluderar att analysera vilka förebyggande åtgärder som kan motverka undernäring (Svensk sjuksköterskeförening, 2017b). Enligt Orem beskrivs handlingar som sjuksköterskan, patient eller närstående bygger upp för att bevara eller återställa patientens egenvårdsbalans som omvårdnadssystem.

Ur resultatet framkom att några av de äldre uppskattade musik i bakgrunden under måltiderna medan andra tyckte att musiken störde konversationen och bidrog till en sämre måltidsnjutning. Det kan relateras till Goodwin m.fl. (2022) som menar att måltider används av människor som ett sätt att umgås och uppleva glädje samt har en viktig roll för välbefinnandet. Keller m.fl. (2017), Heikkila m.fl. (2022), Philpin m.fl. (2014) och Rothenberg och Karlström (2016) menar även att näringsintaget påverkas av omgivning och distraherande faktorer samt att faktorer som påverkar måltiden kan styras för att skapa en atmosfär som förbättrar matupplevelsen.

I resultatet framkom det att en familjär atmosfär vid måltid förbättrade näringsintaget. När måltider gjordes mer familjelika genom att ställa fram maten på bordet förbättrades deltagandet och ökningen av kroppsvikten. Detta bidrog även till bättre livskvalitet då de äldre kände sig mer självständiga. Detta kan relateras till vad Falk m.fl. (2013) skriver, att ett idealiskt särskilt boende upprätthåller mänskliga värderingar och att de äldre ska leva med värdighet och hög livskvalitet liknande deras tidigare liv. Deras oberoende, autonomi och integritet ska bevaras. Det kan kopplas till Svensk sjuksköterskeförening (2017b) som betonar att omvårdnaden ska ske med respekt för mänskliga rättigheter, självbestämmande, integritet och värdighet. Även Orem (2001) belyser detta, att hälsan är bunden till människans kapacitet att värna om sin integritet.

Resultatet visade att måltidsupplevelse och näringsintag var bättre när familjemedlemmar var närvarande. Familjemedlemmar ville ge boendemiljön för sina äldre släktingar en tröstande atmosfär som liknade att äta med sin familj, och de försåg även de äldre med mat de brukade äta hemma innan de flyttade till äldreboende. Detta kan kopplas till Watkins m.fl.

(2017) som skriver att måltider är en del av ens identitet, familjeliv och tradition. Det kan även relateras till Falk m.fl. (2013) som beskriver hur flytten till särskilt boende kräver stor anpassning till livsstil och miljö helt annorlunda ens tidigare liv. Även Küçük och Kapucu (2017) kan kopplas till detta i beskrivningen av hur förlust av älskade personer, ensamhet, social isolering och att inte bli serverad traditionell mat är faktorer som kan leda till undernäring. Orem (2001) beskriver de universella egenvårdsbehoven och ett av dessa behov är att upprätthålla en balans mellan ensamhet och social gemenskap. Det kan relateras till Lundman och Norberg (2019) som skriver att viktiga delar för ett gott åldrande är det andliga och att vara nära andra. Det kan även relateras till Watkins m.fl. (2017) som beskriver att minskad aptit och nedgång i näringsstatus är en vanlig bieffekt av psykologisk eller känslomässig ohälsa.

Resultatet visade att traditionell hemlagad mat förbättrade de äldres aptit och därmed näringsintaget. Den traditionella maten visade sig ha betydelse för minnen, glädje, socialt och fysiskt välbefinnande samt livskvalitet. Upplevelsen har visat sig ha en lugnande effekt och stärker känslan av välbefinnande, identitet och tillhörighet hos de äldre. Enligt Svensk sjuksköterskeförening (2017b) inkluderar sjuksköterskans kompetens en kunskap om komplexa behov och problem gällande kulturella faktorer. Detta kan relateras till Arman (2019) som menar att den äldre känner sig sedd som en helhet och upplever integration och hälsa när vårdaren känner till den äldre personens erfarenheter, behov och bakgrund. Detta kan kopplas till Heikkilä m.fl. (2022), Keller m.fl. (2022), Keller m.fl. (2017) och Philpin m.fl. (2014) som skriver att doften av hemlagad mat som påminner om hemmet skapar en bra måltidsupplevelse. Det kan också relateras till det som Philpin m.fl. (2014) menar, att äldre personers kostbehov och deras kulturella och sociala behov på särskilda boenden verkar vara ett försummat område. Det kan även kopplas till Socialtjänstlagen (SFS 2001:453) 5 kap. 4 § som beskriver att socialnämnden ska arbeta på omtanke av äldres trygghet och välbefinnande. Socialtjänstens omsorg ska inriktas på att äldre personer får leva ett värdigt liv och känna välbefinnande. Enligt ICN:s etiska kod för sjuksköterskor finns det en etisk aspekt i all omvårdnad där sjuksköterskan är moraliskt ansvarig för bedömningar och beslut som genomförs.

I resultatet framkom det att positiva upplevelser vid måltider resulterade i ett högre näringsintag. Att äta tillsammans med andra boende och personal var positivt för de äldre, det kunde vara ett sätt att lära känna varandra och samtidigt skapades en lugn atmosfär och samtal runt bordet. Det kopplas till Philpin m.fl. (2014) som beskriver att måltider och fika på särskilda boenden beskrivs som dagens höjdpunkt då den ger möjlighet till sällskap och samtal. Mat och dryck används för att skapa sociala relationer mellan människor.

I resultatet framkom att måltider borde vara individanpassade för varje enskild äldre person. Det kan relateras till Watkins m.fl. (2017) som beskriver att måltidsåtgärder fokuserar på enstaka komponenter och saknar komplexiteten som förknippas med hälsans och välbefinnandets bestämningsfaktorer trots att måltider har en avgörande och betydelsefull roll i äldreomsorgen. Att tillhandahålla näringsrika mellanmål kanske inte har någon effekt om inte intresset eller förmågan att äta självständigt finns. Att ändra utformningen på måltidsmiljön eller hur maten serveras är inte heller något som försäkras att sociala aspekter eller matupplevelser blir bättre. Resultatet visade även att de äldre blev mer oroliga om personalen lämnade de äldre utan tillsyn under måltiden. Detta kan relateras till det som Heikkilä m.fl. (2022) beskriver, att måltider kan vara stressiga och utmanande för personal

om det finns interpersonella problem mellan de äldre. Även Watkins m.fl. (2017) kopplas till detta som belyser hur livskvaliteten kan påverkas markant vid stressiga situationer.

I resultatet framkom det att berikade mellanmål ökade de äldres dagliga näringsintag. Det kan kopplas till Westergren och Andersson (2020) som belyser att mellanmål är en viktig energikälla utöver huvudmålen. Detta kan även relateras till Keller m.fl. (2017) som visar att ett otillräckligt näringsintag har en stor påverkan på hälsan och funktionsförmågan hos äldre personer.

Ett sätt att få de äldre att äta mer frukt och grönsaker var att servera dem bakverk berikade med frukt och grönsaker. Frukt och grönsakskonsumtionen ökade då markant. Detta kan relateras till Orem (2001) att egenvårdsbalansen kan hindras av ålder. De äldre slutar att äta färsk frukt och grönsaker av olika skäl och då hävdar Orem (2001) att sjuksköterskan har kompetens att uppfatta denna obalans och i samråd med patient och närstående utformas en omvårdnadsplan för återställandet av egenvårdsbalansen. Koppling ses även till Svensk sjuksköterskeförening (2017b) som belyser att sjuksköterskans omvårdnadsansvar är att bedöma patientens näringsbehov och identifiera problem som gäller näringsintag. Detta kan även relateras till WHO (2022) som belyser att näringsintaget ger kroppen de näringsämnen som behövs för hälsa, ett starkt immunsystem, välbefinnande och förebygger sjukdomar.

6.2 Metoddiskussion

Syftet med examensarbetet var att översiktligt beskriva faktorer som främjar näringsintaget hos äldre personer på särskilt boende. Metoden som användes i detta examensarbete var en allmän litteraturöversikt enligt Friberg (2017). Författarna till detta examensarbete ansåg att en litteraturöversikt var passande då den används för att kartlägga kunskapsläget inom valt område. En litteraturöversikt, där både kvantitativa och kvalitativa artiklar inkluderas, ger en övergripande bild av den befintliga forskningen inom ett specifikt område (Friberg, 2017; Polit och Beck, 2021). Litteraturöversikt som metod är en fördel för examensarbetet då det ger flera möjligheter att hitta artiklar utifrån olika perspektiv inom det valda ämnet (Friberg, 2017). Borglin (2017) förklarar att kvantitativa metoder representeras av numeriska data medan kvalitativa metoder representeras av textdata. En mixad metod kan ge det maximala svaret på problemet till den valda studien för att de kompletterar varandras begränsningar och samtidigt kvarstår deras respektive styrkor. Författarna till detta examensarbete såg det som en styrka eftersom mixad metod ger en mer detaljerad analys i siffror och information. Resultaten till detta examensarbete baserades på analysen av sex kvalitativa artiklar, fyra kvantitativa artiklar och en artikel med mixad metod som besvarade syftet.

Enligt Mårtensson och Fridlund (2017) finns olika begrepp som används för att bedöma artiklars kvalitet. Dessa begrepp är trovärdighet, pålitlighet, bekräftelsebarhet och överförbarhet. Polit och Beck (2021) beskriver trovärdighet som den grad av sanning som finns i data och hur den har tolkats. Pålitlighet uppnås om det finns en beskrivning av hur egna erfarenheter kan ha påverkat datainsamling och dataanalys. Mårtensson och Fridlund (2017) menar att bekräftelsebarhet stärks när författarna är neutrala i granskningen av data och analysmetoden är väl beskriven. Polit och Beck (2021) beskriver att överförbarhet

handlar om att resultaten kan överföras till andra sammanhang exempelvis andra länder. Examensarbetets svagheter och styrkor diskuteras i förhållande till de fyra beskrivna begreppen.

Enligt Polit och Beck (2021) och Henricson (2017) ökar användningen av artiklar som är peer reviewed trovärdigheten i arbetet på grund av att artiklarna är vetenskapligt granskade. Detta kan betraktas som en styrka i examensarbetet eftersom författarna har kontrollerat att de artiklar som hittades via CINAHL plus och PubMed och som används i examensarbetet är peer review-granskade. Ett annat kriterium var att artiklarna skrevs på engelska. Detta kan ses som en styrka i examensarbetet på grund av att de valda artiklarna var skrivna på engelska men samtidigt som en svaghet på grund av översättningssvårigheterna. Att läsa artiklarna flera gånger och leta efter betydelsen av svåra ord hjälpte examensarbetets författare att förstå helheten i varje artikel, vilket minimerade svagheten.

Trovärdighet uppnås då det ses som en styrka i examensarbetet att artiklarna kvalitetsgranskades. Författarna till detta examensarbete har använt granskningsmallen av Friberg (2017) för att säkerställa kvaliteten på de elva valda artiklarna som användes till att svara på syftet. Vissa frågor inkluderades inte, så detta kan betraktas som en svaghet. De frågorna som inte inkluderades påverkar inte artiklarnas kvalitet. De artiklar som valdes var av hög kvalitet. Författarna till detta examensarbete hade en diskussion om vilka frågor som skulle användas vid kvalitetsgranskningen och tillsammans granskade de artiklarna.

Enligt Mårtensson och Fridlund (2017) stärks pålitligheten när författarna till examensarbetet beskriver sin förförståelse. Det har varit en fördel att vara två författare som arbetat med examensarbetet eftersom diskussioner om det valda ämnet har varit till hjälp. Författarna till detta examensarbete har erfarenhet av att arbeta med äldre personer på särskilda boenden och genom detta kunde förutfattade meningar finnas. Det kan ses som en svaghet i examensarbetet då det finns en risk att resultaten tolkas utifrån den egna uppfattningen. Examensarbetets författare förhöll sig dock kritiska under hela processen. Henricson (2017) förklarar att syftet med metoddiskussion är att visa hur kvaliteten i examensarbetet har säkerställts och ett kritiskt förhållningssätt är viktigt när de processer som utförs i examensarbetet diskuteras. Vanan att kontinuerligt diskutera och påminna varandra om att alltid ha syftet i åtanke hjälpte examensarbetets författare att undvika förutfattade meningar och missförstånd. Genom hela analysprocessen har författarna till detta examensarbete tillsammans försökt hålla en objektiv och neutral ställning där innehållet i varje artikel granskades och diskuterades för att minska påverkan av förförståelsen.

Henricsson (2017) beskriver att trovärdighet och pålitlighet kan upprätthållas när innehållet i examensarbetet granskas och samtidigt kontrolleras av andra om resultaten är relevanta för syftet. Examensarbetets författare fick en handledare från skolan för studenter som arbetar med examensarbete och handledaren fungerade som konsult. Studenterna och handledaren träffades vid överenskomna handledningstillfällen angående examensarbetsprocessen, där kritik gavs om hur vissa delar av innehållet kunde skrivas bättre (Segesten, 2022). Författarna till examensarbetet fick råd och kommentarer från handledare och medstudenterna som var

närvarande vid handledningstillfällen i syfte att förbättra det skriftliga innehållet så att det blev mer korrekt och relevant. En styrka med detta examensarbete är att författarna till detta examensarbete har genomgått flera tillfällen av handledning och därmed har examensarbetet granskats.

Bekräftelsebarheten ökar när analysprocessen beskrivs tydligt och objektivt samt när författarna till examensarbetet förhåller sig neutrala under processen (Mårtensson och Frilund, 2017). Detta neutrala synsätt kan uppnås genom en kontinuerlig kontakt med handledare och studenter i studiegruppen som har läst och granskat arbetet för att diskutera. På så sätt stärktes examensarbetets bekräftelsebarhet då författarna till examensarbetet aktivt samarbetade med handledaren. Bekräftelsebarheten handlar även om att presentera en korrekt beskrivning av deltagarna och miljön (Mårtensson och Frilund, 2017). Det ses som en styrka i examensarbetet och bekräftelsebarheten uppnåddes när författarna tydligt presenterade deltagarna, boenden och landet med stöd av en tabell som enligt Friberg (2017), skapar en bra överblick.

Överförbarhet innebär att examensarbetet utvärderas för att visa att studien kan användas till andra liknande situationer, sammanhang och grupper (Mårtensson & Fridlund, 2017). Att inkludera artiklar från olika länder under insamlingen av data ökar överförbarheten (Polit och Beck, 2020). Att inkludera olika länder i detta examensarbete kan ses som en styrka, för att se om det fanns skillnader i hantering och förebyggande av undernäring. Att inkludera artiklar från olika länder kan dock ses som en svaghet då tillgången till sjukvård kan skilja sig åt i förhållande till den äldre personens kultur och ekonomiska förutsättningar samt religion. Artiklarna som valdes ut för detta examensarbete genomfördes i andra länder än Sverige. Dessa länder var Australien, Frankrike, Japan, Nederländerna, Norge, och USA. Undernäring är ett vanligt problem över hela världen, dessutom är den äldre befolkningen mest drabbad och det finns ett gemensamt mål med resultaten av artiklarna som är att främja näringsintaget bland äldre, dessa egenskaper bidrar till ökad överförbarhet.

6.3 Etikdiskussion

Under examensarbetets gång har författarna till detta examensarbete haft etiska reflektioner genomgående och strävat efter att undvika att plagiera. För att minska risken för ohederlighet har författarnas examensarbete utförts i enlighet med CODEX (2021) riktlinjer, vilket innebär att inte förfalska, stjäla data eller information i de artiklarna används i examensarbete och plagiera. APA 7 har använts i källhänvisningarna för att givna fakta ska kunna kontrolleras mot ursprungskällan. Författarna har försökt vara noggranna i referenshanteringen enligt APA 7, men det har hänt under examensarbetets gång att författarna fått problem med referensplaceringen i den löpande texten. Enligt Kjellström (2017) ska allmänhetens förtroende för högskoleutbildning och forskning värnas för att inte försvåra för kommande studenter. Därför har författarna till detta examensarbete strävat efter att examensarbetet inte sker på ett bristfälligt sätt. Kjellström (2017) skriver även hur studenters begränsade kunskaper i engelska och metodologi försvårar tolkning, förståelse

och rättvis bedömning av analyserat material. Författarna till detta examensarbete har använt lexikon och Google Translate under bearbetningen av de engelska artiklarna samt även fört diskussioner om hur artiklarna tolkats olika. Enligt Polit & Beck (2021) ska deltagare frivilligt få bestämma om de vill vara delaktiga. Deltagarna har inte gett samtycke till att delta i detta examensarbete men till artiklarnas studier. Författarna till detta examensarbete värderade det etiska förhållningssättet i valet av artiklar och genom kvalitetsgranskningen eftersträvades att alla artiklar skulle innehålla etiska överväganden.

7 SLUTSATSER

Syftet med detta examensarbete var att beskriva faktorer som främjar näringsintaget hos äldre personer på särskilt boende. Analysen av samtliga artiklar resulterade i tre teman: att värna om sinnesintryck, att skapa en familjär atmosfär och att erbjuda berikade mellanmål.

Näringsintaget hos äldre personer på särskilt boende är ett komplext område som behöver prioriteras av sjuksköterskan och övrig vårdpersonal för att de äldre ska kunna uppleva god livskvalitet, välbefinnande och värdighet.

Detta examensarbete skulle kunna bidra med utökad kunskap och fungera som ett stöd vid utformningen av måltiderna på särskilt boende. Examensarbetet skapar en samlad bild över vilka faktorer som främjar näringsintaget och därmed skapas förutsättningar för ett tillräckligt näringsintag för äldre personer på särskilt boende.

8 FÖRSLAG PÅ VIDARE FORSKNING

Ytterligare forskning bör genomföras om olika strategier för hur näringsintaget förbättras eller främjas för äldre personer med nedsatt aptit. Det kan vara av intresse att forska vidare om hur individanpassade måltider kan ge djupare kunskap om hur personalen ska interagera med de äldre. Mer forskning kring hur personalens kompetens och utbildningsnivå påverkar näringsintaget hos äldre personer behövs. Ytterligare forskning behövs även kring personalens upplevelser och erfarenheter av måltiderna för att sjuksköterskan ska kunna få kunskap som underlättar vid utformandet av rutiner som ger ökat näringsintag hos äldre personer på särskilt boende. Det skulle vara intressant att se forskning som visar hur sjuksköterskans personlighet påverkar de äldres näringsintag. Om sjuksköterskan är påhittig, fantasifull och lekfull på liknande sätt som en förälder är med sina barn kan ha positiva effekter på de äldre på särskilda boenden för att öka näringsintaget.

REFERENSLISTA

*ARTIKLAR MED I RESULTATET

Andersson, P. (2019). Munhälsa. I A-K. Edberg & H. Wijk (Red.), *Omvårdnadens grunder, hälsa och ohälsa* (s. 323–347). Studentlitteratur.

American Psychological Association (APA). (13 januari 2023). *About APA style*.
<https://www.apa.org/about>

Arman, M. (2019). Att se patienten som en medmänniska. I M. Arman, K. Dahlberg & M. Ekebergh (Red.), *Teoretiska grunder för vårdande*. (3 uppl., s. 76–90). Liber.

* Batchelor-Murphy, M., Kennerly, S. M., Horn, S. D., Barrett, R., Bergstrom, N., Boss, L., & Yap, T. L. (2019). Impact of Cognition and Handfeeding Assistance on Nutritional Intake for Nursing Home Residents. *Journal of nutrition in gerontology and geriatrics*, 38(3), 262–276. <https://doi.org/10.1080/21551197.2019.1617221>

Billhult, A. (2017a). Enkäter. I M. Henricson (Red.), *Vetenskaplig teori och metod: från idé till examination inom omvårdnad* (s. 121 - 132). Studentlitteratur.

Billhult, A. (2017b). Mätinstrument och diagnostiska test. I M. Henricson (Red.), *Vetenskaplig teori och metod: från idé till examination inom omvårdnad* (s. 133 - 142). Studentlitteratur.

Billhult, A. (2017c). Kvantitativ metod och stickprov. I M. Henricson (Red.), *Vetenskaplig teori och metod: från idé till examination inom omvårdnad* (s. 99 - 110). Studentlitteratur.

Billhult, A. (2017d). Bortfallsanalys och beskrivande statistik. I M. Henricson (Red.), *Vetenskaplig teori och metod: från idé till examination inom omvårdnad* (s. 265 - 274). Studentlitteratur.

Blomqvist, K & Edberg, A-K. (2017). Att bli beroende av hjälp från andra. I K. Blomqvist, A-K. Edberg, M.E. Bravell & H. Wijk (Red.), *Omvårdnad & äldre* (s. 132–137). Studentlitteratur.

Bravell, M.E. (2021). Åldrandets olika dimensioner. I K. Blomqvist, A-K. Edberg, M.E. Bravell & H. Wijk (Red.), *Omvårdnad & äldre* (s. 105–131). Studentlitteratur.

Borglin, G. (2017). Mixad metod – en introduktion. I M. Henricson (Red.), *Vetenskaplig teori och metod* (s. 233–250). Studentlitteratur.

Carlson, E. (2017). Etnografi och deltagande observation. I M. Henricson (Red.), *Vetenskaplig teori och metod: från idé till examination inom omvårdnad* (s. 189 - 204). Studentlitteratur.

- Cheah, K., & Illsley, A. (2020). What you need to know about malnutrition in older adults. *British journal of hospital medicine* (London, England: 2005), 81(9), 1–8.
<https://doi-org.ep.bib.mdh.se/10.12968/hmed.2020.0393>
- CODEX. (25 november 2022). *Regler och riktlinjer för forskning*. <https://www.codex.uu.se/>
- Danielson, E. (2017). Kvalitativ forskningsintervju. I M. Henricson (Red.), *Vetenskaplig teori och metod: från idé till examination inom omvårdnad* (s. 143 - 154). Studentlitteratur.
- * Divert, C., Laghmaoui, R., Crema, C., Issanchou, S., Wymelbeke, V. V., & Sulmont-Rossé, C. (2015). Improving meal context in nursing homes. Impact of four strategies on food intake and meal pleasure. *Appetite*, 84, 139–147.
<https://doi.org/10.1016/j.appet.2014.09.027>
- Edberg, A.-K. & Wallin, A.O. (2019). Kognitiv svikt. I A-K. Edberg & H. Wijk (Red.), *Omvårdandens grunder, hälsa och ohälsa* (s. 671–702). Studentlitteratur.
- Falk, H., Wijk, H., Persson, L. O., & Falk, K. (2013). A sense of home in residential care. *Scandinavian journal of caring sciences*, 27(4), 999–1009.
<https://doi.org/10.1111/scs.12011>
- Friberg, F. (Red.). (2017). *Dags för uppsats - vägledning för litteraturbaserade examensarbeten*. Studentlitteratur.
- Friberg, F. (Red.). (2022). *Dags för uppsats - vägledning för litteraturbaserade examensarbeten*. Studentlitteratur.
- Goodwin, I., Lea, E., Bindoff, A., & Doherty, K. (2022). Exploring perceptions of eating with dementia: Findings from a massive open online course. *Appetite*, 177, 106126.
<https://doi-org.ep.bib.mdh.se/10.1016/j.appet.2022.106126>
- *Hansen, K. V., Frøiland, C. T., & Testad, I. (2018). Porcelain for All - a nursing home study. *International journal of health care quality assurance*, 31(7), 662–675.
<https://doi.org/10.1108/IJHCQA-10-2016-0160>
- *Hanssen, I., & Kuven, B. M. (2016). Moments of joy and delight: the meaning of traditional food in dementia care. *Journal of clinical nursing*, 25(5-6), 866–874.
<https://doi.org/10.1111/jocn.13163>
- Hedman, M., Pöder, U., Mamhidir, A. G., Nilsson, A., Kristofferzon, M. L., & Häggström, E. (2015). Life memories and the ability to act: the meaning of autonomy and participation for older people when living with chronic illness. *Scandinavian journal of caring sciences*, 29(4), 824–833. <https://doi-org.ep.bib.mdh.se/10.1111/scs.12215>
- Heikkilä, K., Andersson, S., Lagerbielke, E., Persson, C., Sandgren, A., & Harstäde, C. W. (2022). Mealtime intervention vid måltids and their outcomes in care homes for older people considering the five aspects meal model: An integrative review. *Geriatric Nursing*, 47, 171–182. <https://doi-org.ep.bib.mdh.se/10.1016/j.gerinurse.2022.07.011>

- Henricson, M. (2017). Diskussion. I M. Henricson (Red.), *Vetenskaplig teori och metod: från idé till examination inom omvårdnad* (s. 411–420). Studentlitteratur.
- Henricson, M. (2017). Forskningsprocessen. I M. Henricson (Red.), *Vetenskaplig teori och metod: från idé till examination inom omvårdnad* (s. 43 - 56). Studentlitteratur.
- Henricson, M., & Billhult, A. (2017). Kvalitativ metod. I M. Henricson (Red.), *Vetenskaplig teori och metod: från idé till examination inom omvårdnad* (s. 111 - 120). Studentlitteratur.
- Irving, G.F. & Rothenberg, E. (2016). Lukt, smak, aptit. I G.F. Irving, B. Karlström & E. Rothenberg (Red.), *Geriatrisk Nutrition* (2 uppl., s. 67–77). Studentlitteratur.
- Irving, G.F. (2016). Oral hälsa. I G.F. Irving, B. Karlström & E. Rothenberg (Red.), *Geriatrisk Nutrition* (2 uppl., s. 91–97). Studentlitteratur.
- Karlsson, E. K. (2017). Informationssökning. I M. Henricson (Red.), *Vetenskaplig teori och metod: från idé till examination inom omvårdnad* (s. 81 - 98). Studentlitteratur.
- Keller, H. H., Syed, S., Dakkak, H., Wu, S. A., & Volkert, D. (2022). Reimagining Nutrition Care and Mealtimes in Long-Term Care. *Journal of the American Medical Directors Association*, 23(2), 253–260.e1. <https://doi-org.ep.bib.mdh.se/10.1016/j.jamda.2021.12.021>
- Keller, H. H., Carrier, N., Slaughter, S., Lengyel, C., Steele, C. M., Duizer, L., Brown, K. S., Chaudhury, H., Yoon, M. N., Duncan, A. M., Boscart, V. M., Heckman, G., & Villalon, L. (2017). Making the Most of Mealtimes (M3): protocol of a multi-centre cross-sectional study of food intake and its determinants in older adults living in long term care homes. *BMC Geriatrics*, 17, 1–15. <https://doi-org.ep.bib.mdh.se/10.1186/s12877-016-0401-4>
- Kjellström, S. (2017). Forskningsetik. I M. Henricson (Red.), *Vetenskaplig teori och metod: från idé till examination inom omvårdnad* (s. 57 - 80). Studentlitteratur.
- Kristensson, J. (2014). *Handbok i uppsatsskrivande och forskningsmetodik för studenter inom hälso- och vårdvetenskap*. Natur & Kultur.
- Kumlien, C., & Rystedt, J. (2022). Den äldre patienten. I C. Kumlien & J. Rystedt (Red.), *Omvårdnad & Kirurgi* (2 uppl., s. 517–528). Studentlitteratur.
- Küçük, E.Ö., & Kapucu, S. (2017). Malnutrition in Elderly Staying in Nursing Homes. *Konuralp Medical Journal*, 9 (3), 222-227. <https://doi.org/10.18521/ktd.318404>
- Lee, K. M., & Song, J. (2015). Factors influencing the degree of eating ability among people with dementia. *Journal of Clinical Nursing* (John Wiley & Sons, Inc.), 24(11–12), 1707–1717. <https://doi-org.ep.bib.mdh.se/10.1111/jocn.12777>

- * Liu, W., Jao, Y. L., & Williams, K. (2017). The association of eating performance and environmental stimulation among older adults with dementia in nursing homes: A secondary analysis. *International journal of nursing studies*, 71, 70–79. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2017.03.004>
- * Liu, W., Perkhounkova, E., Williams, K., Batchelor, M., & Hein, M. (2020). Food intake is associated with verbal interactions between nursing home staff and residents with dementia: A secondary analysis of videotaped observations. *International journal of nursing studies*, 109, 103654. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2020.103654>
- Livsmedelsverket. (20 Januari 2023). *Aptit, hälsa och näring för äldre*. <https://www.livsmedelsverket.se/matvanor-halsa--miljo/kostrad/aldre---rad-om-bra-mat/aptit-halsa-och-naring-for-aldre/>
- Lundman, B., & Norberg, A. (2019) Åldrande och att vara äldre. I F. Friberg & J. Öhlén (Red.), *Omvårdnadens grunder - Perspektiv och förhållningssätt* (s. 205–224). Studentlitteratur.
- * Milte, R., Ratcliffe, J., Chen, G., Miller, M., & Crotty, M. (2018). Taste, choice and timing: Investigating resident and carer preferences for meals in aged care homes. *Nursing & health sciences*, 20(1), 116–124. <https://doi.org/10.1111/nhs.12394>
- Mårtensson, J., & Fridlund, B. (2017). Vetenskaplig kvalitet i examensarbete. I M. Henricson (Red.), *Vetenskaplig teori och metod* (s. 421–438). Studentlitteratur.
- Orem, D. E., (2001). *Nursing- Concepts of practice* (6 ed.). St. Louis. Mo: Mosby
- Persson, C., & Sundin, K. (2017). Fenomenologisk hermeneutisk tolkningsmetod – ett dialektiskt förhållningssätt. I M. Henricson (Red.), *Vetenskaplig teori och metod* (s. 325 - 338). Studentlitteratur.
- Philpin, S., Merrell, J., Warring, J., Hobby, D., & Gregory, V. (2014). Memories, identity and homeliness: the social construction of mealtimes in residential care homes in South Wales. *Ageing & Society*, 34(5), 753–789. <https://doi-org.ep.bib.mdh.se/10.1017/S0144686X12001274>
- Polit, D., & Beck, C. T. (2021). *Nursing research: Generating and Assessing Evidence for Nursing Practice*. Wolters Kluwer.
- Priebe, G., & Landström, C. (2017). Den vetenskapliga kunskapens möjligheter och begränsningar - grundläggande vetenskapsteori. I M. Henricson (Red.), *Vetenskaplig teori och metod: från idé till examination inom omvårdnad* (s. 25 - 42). Studentlitteratur
- Rothenberg, E., & Karlström, B. (2016). Måltiden. I G.F. Irving, B. Karlström & E. Rothenberg (Red.), *Geriatrisk Nutrition* (2 uppl., s. 131–146). Studentlitteratur.

Sandgren, A. (2017). Grounded theory. I M. Henricson (Red.), *Vetenskaplig teori och metod* (s. 355 - 374). Studentlitteratur.

Segesten, K. (2017). Användbara texter. I F. Friberg (Red.), *Dags för uppsats - vägledning för litteraturbaserade examensarbeten* (s. 49 - 58). Studentlitteratur.

SFS 2017:30. *Hälso- och sjukvårdslag*. https://www.riksdagen.se/sv/dokument-lagar/dokument/svensk-forfattningssamling/halso--och-sjukvardslag_sfs-2017-30

SFS 2010:659. *Patientsäkerhetslag*. https://www.riksdagen.se/sv/dokument-lagar/dokument/svensk-forfattningssamling/patientsakerhetslag-2010659_sfs-2010-659

SFS 2001:453 *Socialtjänstlag* https://www.riksdagen.se/sv/dokument-och-lagar/dokument/svensk-forfattningssamling/socialtjanstlag-2001453_sfs-2001-453/#K5

Socialstyrelsen (2022). *Statistik om socialtjänstinsatser till äldre 2021*. <https://www.socialstyrelsen.se/globalassets/sharepoint-dokument/artikelkatalog/statistik/2022-4-7870.pdf>

Socialstyrelsen (2020). *Att förebygga och behandla undernäring*. <https://www.socialstyrelsen.se/globalassets/sharepoint-dokument/artikelkatalog/kunskapsstod/2020-4-6716.pdf>

Socialstyrelsen (2016). *Din rätt till vård och omsorg*. <https://www.socialstyrelsen.se/globalassets/sharepoint-dokument/artikelkatalog/vagledning/2016-5-5.pdf>

Socialstyrelsen (2014). *Måltidsmiljö inom särskilda boenden och dagverksamheter*. <https://www.socialstyrelsen.se/globalassets/sharepoint-dokument/artikelkatalog/ovrigt/2014-8-8.pdf>

Svensk sjuksköterskeförening (2017a). *ICN:s etiska kod för sjuksköterskor*. <https://swenurse.se/download/18.9f73344170c0030623146a/1584003553081/icns%20etiska%20kod%20of%C3%B6r%20sjuksk%C3%B6terskor%202017.pdf>

Svensk sjuksköterskeförening (2017b). *Kompetensbeskrivning för legitimerade sjuksköterskor*. <https://swenurse.se/download/18.9f73344170c003062317be/1584025404390/kompetensbeskrivning%20legitimerad%20sjuksk%C3%B6terska%202017.pdf>

* Tsai, M. R., Tsai, H. H., Tsai, Y. F., & Liao, F. Y. (2020). "Tailoring homely meals": Family members' motivations underlying nursing home visits during residents' meals. *Japan journal of nursing science : JJNS*, 17(4), e12341. <https://doi.org/10.1111/jjns.12341>

*Van Wymelbeke, V., Sulmont-Rossé, C., Feyen, V., Issanchou, S., Manckoundia, P., & Maître, I. (2020). Optimizing sensory quality and variety: An effective strategy for

- increasing meal enjoyment and food intake in older nursing home residents. *Appetite*, 153, 104749. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2020.104749>
- * Visscher, A., Battjes-Fries, M. C. E., van de Rest, O., Patijn, O. N., van der Lee, M., Wijma-Idsinga, N., Pot, G. K., & Voshol, P. (2020). Fingerfoods: a feasibility study to enhance fruit and vegetable consumption in Dutch patients with dementia in a nursing home. *BMC geriatrics*, 20(1), 423. <https://doi.org/10.1186/s12877-020-01792-5>
- Watkins, R., Goodwin, V. A., Abbott, R. A., Hall, A., & Tarrant, M. (2017). Exploring residents' experiences of mealtimes in care homes: A qualitative interview study. *BMC geriatrics*, 17(1), 141. <https://doi.org/10.1186/s12877-017-0540-2>
- * Wendin, K., Biörklund-Helgesson, M., Andersson-Stefanovic, K., Lareke, A., Böök, O., & Skjöldebrand, C. (2021). Liking, preference and practical implications of protein and energy enriched in-between-meals designed for elderly people. *Food & nutrition research*, 65, 10.29219/fnr.v65.5635. <https://doi.org/10.29219/fnr.v65.5635>
- Westergren, A. (2019a). *Undernäring hos äldre*. Gothia Fortbildning
- Westergren, A. (2019b). Mat och ätande. I A.-K. Edberg & H. Wijk (Red.), *Omvårdnadens Grunder - Hälsa och ohälsa* (3 uppl., s. 293–320). Studentlitteratur.
- Westergren, A., & Andersson, P. (2020) Att äta och dricka. I K. Blomqvist, A-K. Edberg, M. Ernsth Bravell, & H. Wijk (Red.), *Omvårdnad och äldre*. (5 uppl., s.251–274). Studentlitteratur.
- Wibeck, V. (2017). Fokusgrupper. I M. Henricson (Red.), *Vetenskaplig teori och metod: från idé till examination inom omvårdnad* (s. 169 - 188). Studentlitteratur
- World Health Organization, WHO. (9 Juni 2021). *Malnutrition*. https://www.who.int/health-topics/malnutrition#tab=tab_1
- Östlundh, L. (2017). Informationssökning. I F. Friberg (Red.), *Dags för uppsats - vägledning för litteraturbaserade examensarbeten* (s. 59 - 82). Studentlitteratur.

BILAGA A: SÖKMATRIS

Databas + Datum	Sökord	Urval	Antal Träffar	Valda
CINAHL Plus 2022-11-09	elderly in nursing homes AND undernourished or malnutrition or malnourished AND mealtimes	Peer Reviewed 2013-2022	Träffar: 4 Lästa titlar: 4 Lästa Abstracts: 3 Lästa Artiklar: 3	1.Optimizing sensory quality and variety: An effective strategy for increasing meal enjoyment and food intake in older nursing home residents. 2.Porcelain for All - a nursing home study 3.“Tailoring homely meals”: Family members’ motivations underlying nursing home visits during residents’ meals
CINAHL Plus 2022-11-10	Eating And nursing measures at mealtime And nursing home	Full text, Abstract available Peer Reviewed 2015-2022	Träffar: 7 Lästa titlar: 7 Lästa Abstracts: 2 Lästa Artiklar: 2	4. Food intake is associated with verbal interactions between nursing home staff and residents with dementia: A secondary analysis of videotaped observations 5. The association of eating performance and environmental stimulation among older adults with dementia in nursing homes: A secondary analysis
CINAHL Plus 2022-11-11	malnourishment or malnutrition or undernourishment or nutrition AND nursing care or nursing measures at mealtime AND elderly in nursing homes	Peer Reviewed 2013-2022	Träffar: 114 Lästa titlar: 114 Lästa Abstracts: 9 Lästa Artiklar: 4	6.Liking, preference and practical implications of protein and energy enriched in-between-meals designed for elderly people. 7. Fingerfoods: a feasibility study to enhance fruit and vegetable consumption in Dutch patients with dementia in a nursing home.
PubMed Advance 2022-11-12	elderly in nursing homes AND malnutrition or undernourished	English, Fulltext 2013-2022	Träffar: 105 Lästa titlar: 105 Lästa Abstracts: 8	8. Impact of Cognition and Handfeeding Assistance on Nutritional Intake for Nursing Home Residents

	AND measures at mealtime or prevention		Lästa Artiklar: 5	
PubMed Advance 2022-11-12	Mealtime AND elderly in nursing homes	English, Fulltext 2013-2022	Träffar: 157 Lästa titlar: 157 Lästa Abstracts: 10 Lästa Artiklar: 6	9. Moments of joy and delight: the meaning of traditional food in dementia care 10. Improving meal context in nursing homes. Impact of four strategies on food intake and meal pleasure
CINAHL Plus 2022-11-30	elderly or aged or older or elder or geriatric AND taste AND "mealtime" AND "care homes"	Peer Reviewed English 2013 - 2022	Träffar: 2 Lästa titlar: 2 Lästa Abstracts: 1 Lästa Artiklar: 1	11 Taste, choice and timing: Investigating resident and carer preferences for meals in aged care homes

BILAGA C: ARTIKELMATRIS

Titel, Författare Tidskrift Årtal Land	Syfte	Metod:	Resultat	Kvalitetsgranskning
<p>1</p> <p>Optimizing sensory quality and variety: An effective strategy for increasing meal enjoyment and food intake in older nursing home residents.</p> <p>Van Wymelbeke, V., Sulmont-Rossé, C., Feyen, V., Issanchou, S., Manckoundia, P., & Maître, I.</p> <p>Appetite. 2020 France</p>	<p>The present experiment aimed to assess the impact of improving sensory quality versus increasing sensory variety on food intake and meal enjoyment in elderly individuals living in a nursing home.</p>	<p>Design Kvantitativ</p> <p>Antal deltagare 82 äldre personer 6 särskilda boenden</p> <p>Datainsamling Frågeformulär/enkät</p> <p>deltagarnas näringsstatus Mini Nutritional Assessment (MNA) Body Mass Index (BMI) kognitiva prestationsförmåga Mental State Examination (MMSE)</p> <p>Dataanalys ANOVA (analysis of variance) Statistisk analys</p>	<p>Resultaten visade att det fanns en positiv effekt på näringsintag och måltidsnjutning hos äldre när både kvaliteten och variationen på maten förbättrades.</p> <p>Resultat visade att förbättring av rätternas sensoriska kvalitet och/eller variation ledde till ökad måltidsnjutning och näringsintag.</p>	<p>9/9</p>
<p>2</p> <p>Porcelain for All - a nursing home study.</p>	<p>The purpose was to identify how different</p>	<p>Design Kvalitativ</p> <p>Antal deltagare</p>	<p>Studien hävdade att det hade god effekt på näringsintaget hos äldre när de använde</p>	<p>9/9</p>

<p>Hansen, K. V., Frøiland, C. T., & Testad, I.</p> <p>International journal of health care quality assurance 2018 Norway UK</p>	<p>décor and dinner plate colours influence people with dementia in a positive manner regarding food intake and appetite.</p>	<p>12 äldre personer 1 - särskilt boende 16 vårdpersonal</p> <p>Datainsamling intervjugrupper observation</p> <p>Dataanalys Grounded theory (GT) analysis Dementia care mapping (DCM)</p>	<p>tallrikar med vit brunn, gul läpp och röd kant.</p>	
<p>3</p> <p>"Tailoring homely meals": Family members' motivations underlying nursing home visits during residents' meals.</p> <p>Tsai, M. R., Tsai, H. H., Tsai, Y. F., & Liao, F. Y.</p> <p>Japan journal of nursing science 2020 Japan</p>	<p>This study aimed to explore motivations behind family members' visits with nursing home residents during mealtime in Taiwan.</p>	<p>Design Kvalitativ</p> <p>Antal deltagare N=18 - äldre personer N= 18 anhöriga - 4 särskilda boenden</p> <p>Datainsamling individuella semistrukturerade intervjuer</p> <p>Dataanalys deskriptiv fenomenologisk hermeneutisk, van Manen approach</p>	<p>Analys av intervjudata identifierade essensen av motiven bakom familjemedlemmars besök hos vårdhemsboende under måltider som kallades "skraddarsy hemlagade måltider". Detta hänvisade till att tillhandahålla mat skraddarsydd för de äldres behov, tillhandahålla en tröstande familjär atmosfär, hjälpa de äldre under måltiden och övervaka matkonsumtionen.</p>	<p>9/9</p>
<p>4</p> <p>Food intake is associated with verbal interactions between nursing home</p>	<p>This study aimed to examine the relationship</p>	<p>Design Kvalitativ</p>	<p>Resultaten stöder den betydelsefulla roll som dyadiska verbala interaktioner spelar vid näringsintag och upplyser om utvecklingen</p>	<p>9/9</p>

<p>staff and residents with dementia: A secondary analysis of videotaped observations.</p> <p>Liu, W., Perkhounkova, E., Williams, K., Batchelor, M., & Hein, M.</p> <p>International journal of nursing studies 2020 USA</p>	<p>between food intake and dyadic verbal interactions.</p>	<p>Antal deltagare 25 äldre personer 29 vårdpersonal 9 särskilda boenden</p> <p>Datainsamling Videofilmade observationer</p> <p>Dataanalys Sekundär beteendekodning och analys av tvärsnittsvideofilmade observationer</p>	<p>av effektiva, skräddarsydda måltidsvårdsåtgärder vid måltider för att främja intag.</p>	
<p>5</p> <p>The association of eating performance and environmental stimulation among older adults with dementia in nursing homes: A secondary analysis.</p> <p>Liu, W., Jao, Y. L., & Williams, K.</p> <p>International journal of nursing studies 2017 USA</p>	<p>This study examined the association between environmental stimulation and eating performance among nursing home residents with dementia.</p>	<p>Design Kvalitativ</p> <p>Antal deltagare 15 äldre personer 19 vårdpersonal 8 särskilda boenden</p> <p>Datainsamling Videofilmade observationer</p> <p>Dataanalys Deskriptiv statistik</p>	<p>Miljöstimulering som är personligt anpassad till en boendes behov och preferenser och direkt erbjuds en boende bidrog till bättre matprestanda bland boende med demens.</p>	<p>9/9</p>
<p>6</p> <p>Liking, preference and practical implications of protein and energy enriched in-between-meals designed for elderly people.</p>	<p>To evaluate liking and practical aspects of protein and energy enriched in-between meals designed for elderly people in care homes through the use</p>	<p>Design Kvalitativ och Kvantitativ</p> <p>Antal deltagare 10 äldre personer 3 särskilda boenden 10 Vårdpersonal</p>	<p>Enligt resultatet var viktiga faktorer som observerades påverka deltagarnas ökade näringsintag, rätternas utseende, liten portionsstorlek, textur, lätt att svälja och matens temperatur.</p>	<p>9/9</p>

<p>Wendin, K., Biörklund-Helgesson, M., Andersson-Stefanovic, K., Lareke, A., Bök, O., & Skjöldebrand, C.</p> <p><i>Food & nutrition research</i> 2021 Sweden</p>	<p>of quantitative and qualitative assessments.</p>	<p>Datansamling Frågeformulär/enkät och fokusgruppsdiskussioner</p> <p>hedoniskt sensoriskt test Hedonisk skala från "ogilla extremt" (=1) till "gilla extremt" (=9) centralt placerat test (CLT) Semistrukturerad intervju</p> <p>Dataanalys Statistisk utvärdering Analys av varianstester (ANOVA) Tukeys post-hoc-test Kvalitativ utvärdering genom ordagrann transkribering.</p>		
<p>7</p> <p>Fingerfoods: a feasibility study to enhance fruit and vegetable consumption in Dutch patients with dementia in a nursing home.</p> <p>Visscher, A., Battjes-Fries, M. C. E., van de Rest, O., Patijn, O. N., van der Lee, M., Wijma-Idsinga, N., Pot, G. K., & Voshol, P.</p> <p>BMC geriatrics 2020 Netherlands</p>	<p>The aim of this feasibility study was to evaluate whether providing fruit and vegetable rich fingerfoods in the form of recognizable and familiar snacks on top of the normal intake was feasible for both patients with dementia and caregivers as a means to increase patients' nutritional status.</p>	<p>Design Kvantitativ</p> <p>Antal deltagare N = 15 äldre personer 1 - särskilt boende</p> <p>Datansamling body mass index (BMI). Short Nutritional Assessment Questionnaire for Residential Care (SNAQrc) kostutvärderingsprogram Compl-eat</p> <p>Dataanalys</p>	<p>Resultaten av denna förstudie visade att fingermat gav ett positivt sätt att förbättra frukt och grönsakskonsumtion och totalt födointag för institutionaliserade patienter med demens.</p>	<p>9/9</p>

		SPSS (version 22, IBM SPSS Statistics, NY, USA)		
<p>8</p> <p>Impact of Cognition and Handfeeding Assistance on Nutritional Intake for Nursing Home Residents.</p> <p>Batchelor-Murphy, M., Kennerly, S. M., Horn, S. D., Barrett, R., Bergstrom, N., Boss, L., & Yap, T. L.</p> <p>Journal of nutrition in gerontology and geriatrics (2019) USA</p>	<p>The purpose of this secondary data analysis was to examine the impact of resident cognitive status and level of feeding assistance provided by NH staff on resident's daily nutritional intake and body weight.</p>	<p>Design Kvantitativ</p> <p>Antal deltagare N =786 äldre personer (n=592 med demens) (n=194 utan demens) 54- särskilda boenden</p> <p>Datainsamling TURN-studie praktikbaserad evidensstudie (PBE). Invånare demografisk information Braden skala</p> <p>Dataanalys Analys av varianstester (ANOVA)</p> <p>SAS 9.2 för alla analyser, deskriptiv statistik</p>	<p>Äldre personer med demenssjukdom behöver oftare hjälp med att äta, det är därför äldre med demens kommer att tjäna mer på matningshjälpen som ges för varje måltid där resultatet visade efter studien, att det fanns en signifikant skillnad på viktökningen.</p>	9/9
<p>9</p> <p>Moments of joy and delight: the meaning of traditional food in dementia care.</p> <p>Hanssen, I., & Kuven, B. M.</p> <p>Journal of clinical nursing (2016). Norway</p>	<p>To learn about the meaning of traditional food to institutionalised patients with dementia.</p>	<p>Design Kvalitativ</p> <p>Antal deltagare Olika boende: 6 Sami – 9 sjuksköterska -8 familj medlemmar - 1 särskilt boende Bergen – 3 sjuksköterska - 0 familj - 1 särskilt boende</p>	<p>Traditionell mat skapade en känsla av tillhörighet och glädje. Traditionell mat förbättrar dessutom patienternas aptit, näringsintag och livskvalitet.</p>	9/9

		<p>Tswane – 19 sjuksköterska - 18 familj -4 särskilda boenden</p> <p>Datainsamling Intervjumetoden - open, narrative approach</p> <p>Dataanalys transkriberas verbatim hermeneutisk analys</p>		
<p>10</p> <p>Improving meal context in nursing homes. Impact of four strategies on food intake and meal pleasure</p> <p>Divert, C., Laghmaoui, R., Crema, C., Issanchou, S., Wymelbeke, V. V., & Sulmont-Rossé, C.</p> <p>Appetite (2015) France</p>	<p>The aim of the present study was to test the impact of four contextual factors, implemented individually, on food intake and meal pleasure in elderly people living in nursing homes. The four factors namely: dish name, portion, condiments, surroundings</p>	<p>Design Kvantitativ</p> <p>Antal deltagare N= 42 äldre personer 3 - särskilda boenden</p> <p>Datainsamling Experimentell design</p> <p>Dataanalys Mini Mental Scale Examination (MMSE) tvåvägsvariationsanalys (ANOVA) GLM-procedur för SAS-dataprogram Post-hoc analys</p>	<p>De fyra kontextelementen nämligen rättens namn, portion, smaktillsatser och omgivning hade en uppenbar inverkan på deltagarnas måltidsglädje och näringsintag. Där resultatet visade att ändra ett kontextelement, med undantag för namnet på rätten, kunde vara tillräckligt för att förbättra tillfredsställelsen av personens måltid och öka matkonsumtionen.</p>	<p>9/9</p>
<p>11</p> <p>Taste, choice and timing: Investigating resident and carer preferences for meals in aged care homes</p>	<p>The purpose of the present study was to undertake a detailed analysis of the</p>	<p>Design Kvalitativ</p> <p>Antal deltagare N= 43 äldre</p>	<p>Resultatet påvisas att smaken av mat, flexibilitet och valfri tid kring måltider, aptitretande och alla extra kostnader spelar en viktig roll för preferenser för mat och</p>	<p>9/9</p>

<p>Milte, R., Ratcliffe, J., Chen, G., Miller, M., & Crotty, M.</p> <p>Nursing & Health Sciences (2018)</p> <p>Australia</p>	<p>preferences for how food and the dining experience are provided within aged care homes from the perspective of residents</p>	<p>3 - särskilda boenden 78 familj medlemmar</p> <p>1 sjuksköterska 1 intervjuare</p> <p>Datainsamling Psychogeriatric Assessment Scales – Cognitive Impairment Scale (PAS-Cog) Discrete choice experiment (DCE) Willingness to pay (WTP) Enkätdesign</p> <p>Dataanalys Ngeneversion 1.1.2 DCE-designprogrampaket</p>	<p>middagar på äldreboenden och den positiva konsumentnöjdheten.</p>	
--	---	---	--	--



Box 883, 721 23 Västerås **Tfn:** 021-10 13 00
Box 325, 631 05 Eskilstuna **Tfn:** 016-15 36 00
E-post: info@mdh.se **Webb:** www.mdu.se