

Manual

Bedömning, åtgärder och dokumentation av Matvanor i Cosmic

Identifiering och skattning

- Öppna journal sen ny blankett
- Sök efter *Bedömning Matvanor*
- Fyll i bedömningsformuläret

Frågorna i bedömningsformulär, åtgärder och kodning är validerade och framtagna efter "Socialstyrelsens nationella riktlinjer för prevention och behandling vid ohälsosamma levnadsvanor" och i "Nationell vårdprogram vid ohälsosamma levnadsvanor".

Nationellt vårdprogram vid ohälsosamma levnadsvanor
- prevention och behandling

REGION
JÄMTLAND
HÄRJEDALEN
Folkhälsoenheten

Nationellt vårdprogram levnadsvanor (patient)

Matvanor

Hur ofta äter du grönsaker och/eller rotfrukter (färska, frysta eller tillagade)?		Hur ofta äter du fisk eller skaldjur (som huvudrätt, i sallad eller som pålägg)?	
Två gånger per dag eller oftare	3 p	Tre gånger per vecka eller oftare	3 p
En gång per dag	2 p	Två gånger per vecka	2 p
Några gånger i veckan	1 p	En gång i veckan	1 p
En gång i veckan eller mer sällan	0 p	Några gånger i månaden eller mer sällan	0 p

Hur ofta äter du frukt och/eller bär (färska, frysta etc)?		Hur ofta äter du kaffebröd, choklad/godis, chips eller ättika/soft?	
Två gånger per dag eller oftare	3 p	Två gånger per dag eller oftare	0 p
En gång per dag	2 p	En gång per dag	1 p
Några gånger i veckan	1 p	Några gånger i veckan	2 p
En gång i veckan eller mer sällan	0 p	En gång i veckan eller mer sällan	3 p

Hur ofta äter du frukost?

Dagligen Nästan varje dag Några gånger i veckan En gång i veckan eller mer sällan

0 - 4 poäng indikerar betydande ohälsosamma matvanor
5 - 8 poäng indikerar eventuellt ohälsosamma matvanor, gör en individuell bedömning
9 - 12 poäng indikerar i stort sett hälsosamma matvanor

VILL DU ÄTA HÄLSOSAMMARE?

Livsmedelsverkets kostråd:

- Ät mycket frukt och grönt, gärna 500 gram om dagen. Det motsvarar till exempel tre frukter och två rejäla nävar grönsaker.
- Välj i första hand fullkorn när du äter bröd, flingor, gryn, pasta och ris.
- Välj gärna nyckelhälmärkta livsmedel.
- Ät fisk ofta, gärna tre gånger i veckan. Glöm inte fisk som pålägg!
- Använd gärna flytande margarin eller olja i matlagningen.

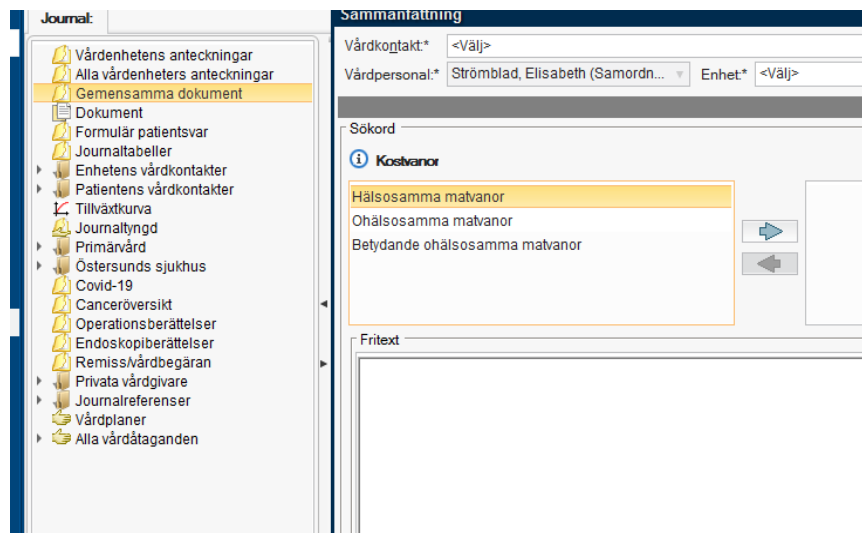
RIK gryn, grönsaker, fullkorn, bröd och läsk, fisk och skaldjur, smör och färdmat, strösocker, matfett	BYT TILL • fullkorn • nyckelhälmärkta matfett och olja • mager mjölkpulver	MINDRE • fet läsk och choklad • smör • strösocker • alkohol
--	--	--

Källor till ytterligare information
www.1177.se | Äta för att må bra
www.livsmedelsverket.se | Hitta ditt sätt, Råden på en minut, Matvanelisten, Nyckelhälet
www.sundkurs.se

Matv. 23

Uppmärksamma/identifiera

- Öppna journal och välj Gemensamma dokument
- Här kan du dokumentera patientens levnadsvanor med fasta svarsalternativ och eventuellt en kort förklarande fritext.
- *Kostvanor* har tre fasta svarsalternativen *Hälsosamma matvanor*, *ohälsosamma matvanor* och *betydande ohälsosamma matvanor*.
- Samma sökord och fasta värden finns även i andra dokumentationsmallar, såsom *Inmatning levnadsvanor*



Dokumentation av åtgärd

- Välj Diagnos ICD
- Under Terminologi välj “KVA”
- Söktext “Matvanor”
- Välj aktuell åtgärd
- Lägg till
- Du kan välja att lägga till flera KVÅ-koder vid samma besök

Diagnos ICD

PATIENTENS TIDIGARE KODER

Inom vårdkontakten Alla tidigare

Terminologi KVA Sök matvanor

SÖK EFTER KODER

Terminologi	Kod	Beskrivning
KVA	DV141	Enkla råd om matvanor
KVA	DV142	Rådgivande samtal om matvanor
KVA	DV143	Kvalificerat rådgivande samtal om matvanor

Lägg till

Spara Spara och stäng Signera

Kompetenskrav för åtgärder

Enkla råd: Kunskap om hälsosamma matvanor utifrån Livsmedelsverkets kostråd.

Rådgivande samtal: Utöver ovan, kunskap om pedagogiska modeller som till exempel tallriksmodellen och nyckelhålsmärkning.

Kvalificerat rådgivande samtal: Utöver ovan: Legitimerad dietist, alternativt annan legitimerad personal med kunskap och kompetens inom mat och nutrition motsvarande: NNR 2012, Livsmedelsverkets kostråd, näringslära, tillagningsmetoder, livsmedelskunskap samt mat och måltider i sitt sociala, kulturella och emotionella sammanhang.

Kvalificerat rådgivande samtal till personer med sjukdom som behöver specifik nutritionsbehandling bör ges av legitimerad dietist då detta utöver ovanstående förutsätter att personalen har kunskap om sjukdomslära och kost- och nutritionsbehandling vid sjukdom samt hur råd om hälsosamma matvanor anpassas utifrån aktuell sjukdom och behandling.

Rådgivande samtal DV 142

- Utforska patientens matvanor och vad patienten känner till om matvanornas betydelse för aktuellt hälsotillstånd.
- Rådgivande samtal kan kompletteras med pedagogiska verktyg som till exempel tallriksmodellen, nyckelhålsmärkning eller matpyramiden.
- Erbjud individanpassad information i dialog.
- Kan kompletteras med uppföljning vid ett eller flera tillfällen.

Kvalificerat rådgivande samtal DV143

Vid ohälsosamma matvanor rekommenderar Socialstyrelsen kvalificerat rådgivande samtal.

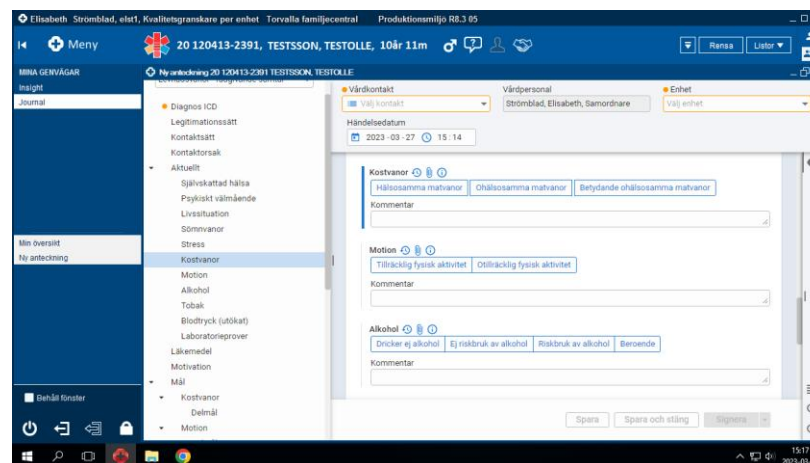
- Kvalificerat rådgivande samtal om matvanor utgår från individens egen berättelse och beskrivning av behoven.
- Anpassa råd och stöd vid ohälsosamma matvanor till patientens förutsättningar, diagnos, tillstånd och förmåga.
- Vid kvalificerat rådgivande samtal kan verktyg såsom kostanamnes eller matdagbok användas för att ge en utförligare bild av patientens matvanor.
- Kan kompletteras med aktivitetsbaserade metoder och insatser, till exempel kartläggning av levnadsvanor under aktivitet, butiksvandring, veckoplanering eller matlagning i grupp.

För patienter som har en sjukdomsdiagnos blir åtgärden en kombination av kvalificerat rådgivande samtal och kost- och nutritionsbehandling och ska genomföras av dietist.

Dokumentationsmall: Levnadsvanor- Rådgivande samtal

FÖR PRIMÄRVÅRDEN

- Dokumentationsmallen ”levnadsvanor – rådgivande samtal” är speciellt framtagen för att vara ett stöd i det rådgivande och kvalificerat rådgivande samtalet. Använd de sökord som är aktuella för just ditt samtal.
- Hur hittar du mallen?
Gå in på ”Journal” och ”Ny anteckning”.
Mallen hämtas genom att gå in på ”Lägg till fler alternativ” i rullistan och där lägga till mallen.
- När denna mall används uppdateras levnadsvanor i Gemensamma dokument automatiskt.



Uppföljning – Målet uppnått

FÖR PRIMÄRVÅRDEN

- Då du dokumenterar uppföljning av ett rådgivande eller kvalificerat rådgivande samtal om matvanor kan du med fördel använda sökordet *Resultat, Målet uppnått matvanor* med de fasta svarsalternativen *Ja* eller *Nej*.
- Dessa sökord återfinns i dokumentationsmallen *Levnadsvanor – rådgivande samtal*.

The screenshot displays a web-based form for documenting a patient's progress. On the left is a navigation menu with categories like 'Motivation', 'Mål', 'Kostvanor', 'Motion', 'FAR', 'Alkohol', 'Tobak', 'Individuellt mål', and 'Resultat'. The 'Resultat' section is selected, showing a list of goals such as 'Målet uppnått kost', 'Målet uppnått tobak', etc. The main content area shows a form for 'Individuellt mål' with a date field set to '2023-03-27 15:14'. Below this, the 'Resultat' section is active, showing the goal 'Målet uppnått kost' with a dropdown menu set to 'Ja' and a 'Nej' option. There is also a 'Kommentar' field and a 'Målet uppnått tobak' goal listed below.

Sammanfattningsvis

Vad är det som ska dokumenteras?

Uppmärksamma

Sökord Kostvanor

Hälsosamma matvanor
Ohälsosamma matvanor
Betydande ohälsosamma matvanor

ÅTGÄRD

Åtgärdskod (KVÅ kod)

DV142 - Rådgivande samtal om matvanor
DV143 - Kvalificerat rådgivande samtal om matvanor

UPPFÖLJNING

Resultatkod

Målet uppnått kost
Ja
Nej