

# BON APPETIT

Radost z jídla



## Proč program Bon appetit?

Posláním každého zařízení sociálních služeb vedených zodpovědným způsobem je poskytovat péči zachovávající důstojnost, identitu klientů, kontakt s jejich rodinou a kulturou, s přihlédnutím k měnícím se potřebám každého jednotlivce. Cílem programu Bon appetit je umožnit klientům i pracovníkům zařízení dlouhodobé péče co nejlepší zážitek z jídla a činností s ním spojených. Filozofie programu vychází z přesvědčení, že dobré jídlo je takové jídlo, které bylo připraveno s úctou k surovinám a které je podáváno s úctou ke strážníkům.

## Obecně o stravování v dlouhodobé péči

Stěhování do domova pro seniory či domova se zvláštním režimem s sebou bez ohledu na nutnost či příhodnost takového kroku nevyhnutelně přináší obrovské ztráty. Ještě závažnější než ztráta majetku, domova, nábytku, automobilu, soukromí atd. je ztráta kontroly nad každodenními činnostmi, rodinným životem a naplňováním dalších osobních a společenských rolí.

Jídlo, jeho příprava, jeho sdílení a požívání přinášejí do našeho života mnohem víc, než jen nutnou výživu těla. Jídlo hraje klíčovou úlohu při utváření našich individuálních kulturních a sociálních rolí. Je prostředkem vytváření a utužování vztahů. Jídlo ve společnosti milého člověka má léčivou moc.

Klienti domovů pro seniory a domovů se zvláštním režimem mají právo v nejvyšší možné míře žít normálním osobním a společenským životem. Ten zahrnuje také přípravu pokrmů, stolování, volný přístup k potravinám a sdílení jídla s bližními.

## Zvláštní ohledy na potřeby lidí s demencí

Dopady postupujících kognitivních změn vyvolaných Alzheimerovou chorobou a s ní související problémy jako jsou dezorientace, ztráta paměti, problémy s vyjadřováním a další znevýhodnění dále prohlubují pocit osamocení a způsobují ztrátu důstojnosti a identity.

Úbytek hmotnosti a potíže s přijímáním potravy patří k nejnepříjemnějším projevům Alzheimerovy choroby. Problémy při jídle jsou způsobeny celou řadou faktorů. Každé stádium nemoci představuje pro nemocného i pro jeho pečovatele specifickou výzvu. Ohroženo je nejen tělesné zdraví. Jak postupující choroba narušuje důstojnost, vědomí „já“ a omezuje příležitosti k socializaci, ocitá se v nebezpečí rovněž emocionální rovnováha lidí s Alzheimerovou chorobou. Program Bon appetit se zabývá potřebami klientů i pečujících ve všech stádiích tohoto procesu.

V počáteční fázi nemoci, dříve než se člověka projeví výraznější kognitivní deficit, mu drobné poruchy paměti, vnímání a orientace ztěžují nalezení cesty do jídelny, zapamatování časů podávání stravy, výběr z jídelníčku, udržování společensky přijatelné konverzace a dodržování dobrých mravů u stolu. Mnoho klientů zařízení dlouhodobé péče se projevuje tímto způsobem právě v důsledku postupujících kognitivních změn. Velký počet z nich bude v budoucnu vyžadovat intenzivnější péči. Programy v zařízeních a zaměstnanci, kteří tyto programy realizují, musí podporovat zachování nezávislosti klientů po dobu co možná nejdélejší.

S postupem choroby znemožňují poruchy pozornosti klientovi dlouhodobě pobývat u stolu, soustředit se na jídlo či přejít od jednoho chodu k dalšímu. Problémy s vnímáním znesnadňují zacházení s nádobím a přístroji. Manipulovat s cukřenkami, slánkami a nádobkami na mléko je pro klienta stále obtížnější. Stává se, že naráží do nádobí svých sousedů u stolu, a jelikož není schopen věnovat patřičnou pozornost pocitům sytosti a hladu, buď zapomíná na hlad, nebo neustále touží po jídle.

V pokročilejších stádiích nemoci může dojít k tomu, že klient nebude schopen sedět za jídelním stolem. V důsledku vážných poruch motorických funkcí mu může činit problémy donést potravu do úst. Porucha hybnosti žvýkacích svalů znemožňuje žvýkání a polykání. Dysfágie – porucha polykání patří k nejzávažnějším problémům, s nimiž se lidé trpící Alzheimerovou chorobou potýkají. Program *Bon appetit* nabízí pečujícím prostředky, s jejichž pomocí budou moci podporovat samostatnost klientů po co možná nejdelší dobu a které umožní klientům udržet si důstojnost a důvěru v ošetřovatele i v situaci, kdy jsou na nich fyzicky zcela závislí.

### **Posilování sebedůvěry pracovníků**

Pracovníci, kteří vědí, že poskytnou kvalitní služby a mohou se spolehnout, že je nadřízení budou podporovat při jejich dalším rozvoji, jsou loajální k zaměstnavateli a při práci jsou aktivní. Program *Bon appetit* pomáhá budovat v organizaci systém, který růst sebedůvěry zaměstnanců umožňuje.

### **Na co se v programu zaměřujeme?**

Program se zabývá čtyřmi hlavními aspekty stolování: stravou, prostředím (tj. místem, kde je jídlo podáváno, i lidmi, v jejichž společnosti se konzumuje), servírováním a vědomostmi a postoji zaměstnanců účastnících se celého procesu.

#### **1. Strava**

musí být hodnocena podle celé řady kritérií, jako jsou:

##### ***Přitažlivost***

Chuť: ochucování jídel, do nichž se nesmí přidávat cukr a sůl

Konzistence: alternativy ke kaši

Vzhled: naaranžování, barvy, obloha

Teplota: udržování pokrmů v ideální teplotě

##### ***Výživová hodnota***

Ačkoli nutriční hodnoty všech podávaných jídel jsou pod kontrolou nutriční terapeutky, zaměstnanci někdy do jídel přidávají cukr, aby se staly chutnějšími pro slabé jedlíky. Budeme se věnovat způsobům, jak klientům osladit jídelniček, aniž by museli požívat nadměrné množství rafinovaného cukru.

##### ***Stravitelnost***

Kombinace snadno stravitelných pokrmů. Zatímco osoby s neporušeným vnímáním dokážou rozpoznat příčiny svých trávicích potíží a problematickým pokrmům se vyhnout, lidé s kognitivním handicapem nejsou schopni si své problémy vysvětlit a nemohou je tudíž účinně řešit.

##### ***Dostupnost***

Snadno ovladatelné vybavení jídelny; pokrmy, které se dají jíst pouze lžící nebo vidličkou; pokrmy, které se dají jíst rukama; výživné přesnídávky a bufet s pokrmy, které je možné si odnést s sebou.

#### **2. Prostředí**

Materiální a sociální prostředí má vliv na stolování a musí být považováno za důležitou součást programu, v naprosto stejné míře, jako je tomu v lékařské péči. K aspektům prostředí, jimiž se musíme zabývat, patří:

##### ***Prostředí***

Osvětlení, hluk, prostornost

##### ***Zařízení a vybavení jídelny***

Sezení: výška a poloha odpovídající zvláštním potřebám klientů; rozmístění a design stolů a židlí.

Jak správně prostřít: prostírání, ubrusy, speciální a obyčejné talíře, hrnky a příbory.

##### ***Sociální prostředí***

Spolubydlící, rodina, zaměstnanci

### **3. Servírování jídla**

Známe-li přání a potřeby člověka, kterému jídlo podáváme, a víme-li, jak mu jídlo co nejvíce zpříjemnit, jsme schopni prostředkovat opravdu radostný zážitek. Umění servírování jídla v dlouhodobé péči má svoje specifika:

#### **Hodnocení potřeb**

Zavedení systému sběru informací o zvláštních potřebách, možnostech a zálibách jednotlivých klientů  
Možnost podávání speciálně upravených jídel, např. jednotlivých soust; mechanicky upravená strava

#### **Programované aktivity**

Pikniky a společné stolování

Doplňkové programy zaměřené na stimulaci smyslů

Programy zlepšující dovednosti potřebné pro příjem potravy a schopnost těšit se z jídla

Restrukturalizace aktivit s cílem učinit ze stolování hlavní činnost

#### **Volba jídelníčku**

Opatření umožňující klientům smysluplnou volbu: veřejně dostupné jídelníčky, výběr z jídel z pultu atd.

#### **Pozvání k jídlu**

Lákání k jídlu pomocí vůní a přípravných činností

#### **Metody servírování a metody pomoci při jídlu**

Způsoby, jak jídlo dopravit na oddělení a ke všem klientům tak, aby se minimalizovala doba čekání a zároveň podporovala schopnost klientů spolupracovat a užít si stolování v největší možné míře

### **4. Pečující**

Souhlas se záměry programu, postoje odpovídající hlavnímu programovému cíli, dostatečné vědomosti, speciální dovednosti, obecná obeznámenost s programem a sympatie k němu jsou nepostradatelnými podmínkami úspěchu. Program pracuje se zaměstnanci trojím způsobem: prostřednictvím budování týmu, vzdělávání a prostřednictvím podpory a dohledu při realizaci.

#### **Budování týmu**

Budování týmu začalo již při tematicky zaměřených setkáních. Každý úsek musí dát najevo své pevné odhodlání proměnit stolování klientů v silný zážitek. Jednotlivým zaměstnancům úseků budou přiděleny konkrétní odpovědnosti, jako například odpovědnost za péči o specifický druh náčiní či vybavení.

Úkolem týmu programu BA s obměňujícími se členy je průběžně zabezpečovat realizaci a vývoj programu.

#### **Vzdělávací aktivity**

Vzdělávání zaměstnanců je důležitou součástí programu. Zúčastní se ho všichni zaměstnanci, kteří se účastní stolování klientů nebo mají vliv na jeho průběh. Trénink se zaměřuje na zásady péče o klienty s demencí, komunikační dovednosti, prostředí a účinné techniky pomoci a podpory při přípravě a podávání jídla.

#### **Podpora a dohled**

Podpora a trvalý dohled na realizaci programu přímo v praxi jsou pro úspěch a další rozvoj programu nezbytné. Program *Bon appetit* pomůže nastavit proces realizace tak, aby zodpovědní pracovníci byli v přímém kontaktu se zaměstnanci, podporovali je při realizaci a dohlíželi na použití dohodnutých metod a postupů.