



GÖTEBORGS UNIVERSITET

Institutionen för mat, hälsa och miljö

Måltidsmiljö på ett äldreboende

Små förändringar gör skillnad

Jessica Ahlzén
Maria Vitalis

Examensarbete 15 hp

Kostekonomprogrammet med inriktning mot ledarskap 180 hp

Handledare: Marianne Pipping Ekström

Examinator: Helena Åberg

Datum: Juni, 2009



GÖTEBORGS UNIVERSITET

Institutionen för mat, hälsa och miljö MHM
Box 320, SE 405 30 Göteborg

Titel: Måltidsmiljö på ett äldreboende – Små förändringar gör skillnad

Författare: Jessica Ahlzén & Maria Vitalis

Typ av arbete: Examensarbete

Handledare: Marianne Pipping Ekström

Examinator: Helena Åberg

Program: Kostekonomprogrammet med inriktning mot ledarskap

Antal sidor: 36

Datum: Juni, 2009

Sammanfattning

Vi blir allt fler äldre i samhället och studier inom äldreomsorgen har visat att undernäring är vanligt bland de äldre. En faktor som kan motverka undernäring är en förbättrad måltidsmiljö. Vid forskning angående måltidsmiljön har tidigare studier visat att samma maträtt upplevs olika beroende på vilken miljö den förtärs i. Studier har även visat att måltidsmiljön kan påverka energiintaget hos de äldre. Inom viss måltidsforskning (framför allt vid Grythyttans Akademi) bedrivs forskning kring de fem aspekterna. De fem aspekterna är *Mötet*, *Rummet*, *Produkten*, *Styrsystemet* och *Stämningen*. Alla dessa delar spelar in på hur måltiden upplevs. Syftet med vårt examensarbete är att ompröva tidigare forskning genom att undersöka måltidsmiljön på ett äldreboende och se om förändring av måltidsmiljön kan påverka den upplevda smaken på maten. Syftet är också att studera de äldres uppfattningar av måltidsmiljön. För att möjliggöra denna studie har vi jämfört två likvärdiga våningar på ett äldreboende i centrala Göteborg för att se hur de förhåller sig till varandra. Därefter gjordes förändringar av måltidsmiljön, vad gäller dukning, på den ena våningen medan den andra våningen behöll sitt ursprungliga utseende. Metoder som användes var enkäter, observationer och intervjuer. I resultatet av denna studie framkommer att man genom förändringar kan påverka den upplevda smaken på maten. Resultatet visar även att när måltidsmiljön upplevs bra smakar också maten bättre. Det kommer också fram att den mat som uppskattas av de äldre är den traditionella husmanskosten och enkel mat som sill och potatis.

Nyckelord: Äldre, de fem aspekterna, smaken på maten, dukning.

Innehållsförteckning

1 INLEDNING	4
2 BAKGRUND	4
2.1 UNDERNÄRING	4
2.2 MÄNNISKANS GRUNDBEHOV	5
2.3 SINNEN	6
2.4 GOD SMAK	6
2.5 MÅLTIDSMILJÖ	7
2.5.1 Färger och kontraster	8
2.6 DE FEM ASPEKTERNA	8
2.7 TIDIGARE STUDIER	10
3 SYFTE	12
4 METOD	13
4.1 ETIK	13
4.2 URVAL	14
4.3 TILLVÄGAGÅNGSSÄTT	14
4.3.1 Enkäter	14
4.3.2 Observationer	15
4.3.3 Intervjuer	15
4.3.4 Förändringen	16
4.4 BORTFALL	16
5 RESULTAT	17
5.1 FÖRSTUDIE	19
5.1.1 Måndag	19
5.1.2 Tisdag	20
5.1.3 Onsdag	21
5.1.4 Sammanfattning av förstudien	21
5.2 FÖRÄNDRINGSSTUDIE	22
5.2.1 Torsdag	22
5.2.2 Fredag	23
5.2.3 Måndag	24
5.2.4 Tisdag	25
5.2.5 Sammanfattning av förändringsstudien	26
5.3 INTERVJUERNA	27
5.3.1 Matupplevelsen	27
5.3.2 Måltidsmiljön	27
5.3.3 Vardags- och helgdukning	27
5.3.4 Matminnen	28
5.4 OBSERVATIONER	28
6 DISKUSSION	29
6.1 METODDISKUSSION	29
6.2 RESULTATDISKUSSION	30
6.2.1 Förändringsstudie	30
6.2.2 Intervjuerna	31
6.2.3 Observationer	32
6.3 VIDARE STUDIER	32
7 SLUTSATS	33
REFERENSER	34

BILAGOR

Förord

Vi vill tacka vår handledare, Marianne Pipping Ekström, för den handledning hon gett oss under arbetets gång. Hon har varit ett stort stöd med sina tankar och synpunkter på vårt arbete.

Ett stort tack till vår uppdragsgivare, Linda Martinsson, och den enhet studien utfördes på för att ni ställde upp och medverkade i vår studie.

Studien har varit väldigt inspirerande och givande att arbeta med och det skulle vara intressant att utveckla denna vidare om tillfälle skulle ges i framtiden. Detta arbete har även påmint oss om vikten av att bry sig om de äldre.

1 Inledning

Måltiden kan uppfattas som dagens höjdpunkt för många äldre, det är därför viktigt att man uppmärksammar detta och skapar en bra måltidssituation. På senare tid har de äldres förhållande inom vården uppmärksamrats. En bristande faktor som lyfts fram är den höga andelen undernärda. Detta har fångat vårt intresse i att påvisa vikten av en bra måltidsmiljö.

Större delen av vårt liv består av *vardag* så varför låta den bli grå? Ofta är det små ting som kan göra stor skillnad – ett tänd ljus, en härlig bukett blommor och något vackert att titta på... om en duk på bordet är allt som behövs för att göra falukorven till en festmåltid, så kan det kanske vara värt besväret (Örnberg, 1999, s.3).

2 Bakgrund

I bakgrunden ges en inblick i undernäring hos äldre och vilka behov människan har. Kapitlet fokuserar på ämnen som rör måltidsmiljön och avslutas med tidigare studier.

2.1 Undernäring

Vi blir allt fler och fler i samhället, detta är ett resultat av att befolkningen blir äldre. Sjunkande dödlighet i högre åldrar är en bidragande faktor till detta (Statistiska centralbyrån, 2008). Den yngre generationen minskar, vilket leder till ett gap mellan den yngre och äldre generationen. Den yngre som behöver jobb och den äldre som behöver vård (Lumbers & Raats, 2006). Många undersökningar visar att cirka 30 procent av patienter på sjukhus är undernärda och att de endast får i sig 60 procent av det behov av mat de har. Tillräckligt med näring behövs för tillfrisknande och därmed kan det förkorta den tid patienterna behöver spendera på sjukhus och minska belastningen på sjukhusens ekonomi (Holm, 2003).

Undernäring uppstår när näringsbehovet inte täcks. För att förebygga denna kostrelaterade sjukdom är det viktigt att livsmedelskomponenterna täcker det energi- och näringsbehov varje individ behöver. Näringstillståndet är en förutsättning för välbefinnandet. Om det uppstår en obalans mellan intag och förbrukning orsakar detta störningar i näringstillståndet, vilket i sin tur kan leda till undernäring. Inom den svenska sjukvården är den vanligaste formen av undernäring en kombination av energi- och proteinbrist. Hos äldre uppstår ofta mat- och näringsproblem i samband med sjukdom och/eller när funktionshinder uppkommer, då detta kan försvåra möjligheten att äta själv. I och med detta hör de äldre till en av riskgrupperna för undernäring. En patient i ett nedbrytande stadium överlever cirka fem veckor utan mat och en frisk individ överlever cirka 10 veckor. Vid svält bryts kroppen ner successivt. Nedan visas hur kroppens fysiska funktioner och psykosomatiska symtom bryts ned från att ha varit fullt frisk och stegen ner till stadiet där kroppen inte längre fungerar. Först beskrivs nedbrytningen av kroppens fysiska funktioner och därefter nedbrytningen av de psykosomatiska symtomen (Livsmedelsverket, 2003).

- Minskad muskelmassa
- Minskad mängd visceral proteiner
- Försämrat immunförsvar
- Sämre sårhäkning och motstånd mot chock
- Många organ slutar att fungera

(Livsmedelsverket, 2003).

- Trötthet, allmän svaghet
- Minskad initiativkraft
- Sängbunden
- Håglös
- Deprimerad
- Personlighetsförändring
- Apati och total utmattning

(Livsmedelsverket, 2003).

Maten har en central punkt i behandlingen och omvårdnaden av sjuka, det är en förutsättning för övrig behandling då patienterna har ett bra näringstillstånd. Av alla som är kroniskt sjuka inom vården uppgår undernäringen till cirka 70 procent (Livsmedelsverket, 2003). Undernäring uppstår som ett resultat av medicinska, orala, psykologiska och socioekonomiska faktorer. När intaget av energi och näring understiger kroppens behov, förbrukas kroppens depåer av näringsämnen och kroppsvävnader bryts ned (Socialstyrelsen, 2000). Undernäringen kan bero på att man är sjuk och därmed har sämre aptit, maten smakar inte vilket kan bero på biverkningar av läkemedel eller att man har blivit tilldelad fel kost. Exempel på det kan vara att man blir tilldelad normal kost istället för konsistensanpassad kost. När aptiten hos de äldre är sämre är det viktigt att skapa en måltidsmiljö som är trevlig samt att maten serveras på ett aptitligt sätt (Livsmedelsverket, 2003). Även det fysiologiska åldrandet är en orsak då man har sämre aptit på grund av sämre lukt- och smaksinne. Utveckling av undernäring bland personer som bor under institutionslika former kan vara kopplad till måltidsmiljön och måltidsordningen. Måltiden och maten är en viktig ingrediens till ett läkande klimat, där ges det möjlighet till sociala kontakter och njutning vilket är viktiga delar i omvårdnaden. Matsalsmiljön och rutiner kring matens servering har stor betydelse för näringsintaget hos äldre patienter (Socialstyrelsen, 2000). Elmståhl (1987) anser att måltidsmiljön är en av anledning till undernäring på sjukhus.

Med ovanstående nämnt kan man förstå vikten av ett bra näringsintag vilket är ett av de grundläggande behoven för att överleva. Detta leder oss vidare in på nästa del som behandlar människans grundbehov.

2.2 Människans grundbehov

När man blir gammal och kommer till ett äldreboende, är det ofta här man ska tillbringa sina sista levnadsår. Det betyder att det bör betraktas som ett hem för de boende (Sellerberg, 1986). Maslows teorier diskuteras i Wikströms (2003) bok där han har strukturerat upp människans grundbehov som en behovstrappa där det fysiologiska behovet kommer på första steget och följs av trygghet, gemenskap, uppskattning och självförverkligande. Enligt Maslow

tillgodoser människan sina behov efter ett ordnat system, vilket varierar över livstiden. För en människa som är sjuk och i behov av hjälp skulle trygghetsbehovet kunna vara det behov som framträder starkast. Då man uppmärksammar det fysiologiska behovet så som mat, dryck, sömn och vila skulle man även kunna se till det estetiska behovet. I boken, Estetik och omvårdnad (Wikström, 2003), skriver man om estetisk vårdhandling och nämner exempel på estetisk vårdhandling som att duka måltiden aptitretande och vackert med hjälp av en fin servett, nyplockade blommor i fina färger och matens uppläggning. Andra steget i behovstrappan är trygghet, vid sjukdom ökar detta behov. Trygghetskänslan kan stimuleras genom miljön och ett exempel på det skulle kunna vara att en patient tar med sig något hemifrån som till exempel en prydnadssak. Det tredje steget skapas genom kontakter människor emellan och är ett behov av social och mänsklig gemenskap och tillgivenhet. Det är viktigt att man får känna sig behövd och att någon ser en för att tillvaron ska ha något värde. Att vårdgivare och patienter samtalar tillsammans kan berika alla parter. Det fjärde steget som Maslow beskriver är behovet av uppskattning och människovärde. Det estetiska behovet inom omvårdnaden kan vara handlingar då vårdaren hjälper patienten med klädsel och hårvård. Självförverkligande är det sista steget i behovstrappan, hit räknas patientens behov av kultur och underhållning. I boken står skrivet att bland annat de estetiska behoven i kombination med de basala behoven kan hjälpa en patient att förbättra dess hälsa eller lindra dess symtom genom till exempel en vacker omgivning (Wikström, 2003).

För att människan ska kunna tillgodose sig sina grundbehov och kunna ta intryck av det estetiska behandlar nästkommande delar våra sinnen och går vidare in på individers uppfattning av smak.

2.3 Sinnena

Våra fem sinnen, syn, hörsel, smak, lukt och känsel registrerar intryck kring omvärlden, dessa intryck kan bland annat vara ljus och ljud. Elektriska signaler för sedan informationen vidare till hjärnan som får oss att reagera som vi gör (Sjukvårdsrådgivningen, 2005). Sinnena finns främst för att informera om förändringar i tillvaron, om vi inte hade några sinnen skulle vi inte få några intryck. Lukt-, smak- och synintryck är det som lockar oss till att äta (Lindberg, 2007).

2.4 God smak

Ordet smak har olika betydelser och kan dels stå för en maträtts olika upplevda smaker där vi kan föredra vissa framför andra. Smaken är även något vi kan urskilja inom det estetiska. Smaken är den bidragande faktorn som ligger till grund för livsstilarna. Man kan säga att smaken är homogen beroende på personers olika livsstilar, vilket genomsyrar en persons alla intryck (Bourdieu, 1993). Finns det något som alla tycker är vackert eller är det som är vackert för den ene fult för den andre? Smaken är olika eller i alla fall föränderlig, vilket framgår av den historiska utvecklingen. När man nämner att något är vackert har det vackra föremålet vissa egenskaper som vi sätter värde på och de fula saknar dem. En del tycker om praktfullt, dyrbart och gnistrande glas medan andra vill ha enkelhet och praktiskhet. Inom samma tid består i stort sett en och samma smak, men förändringarna består i politiska,

sociala och ekonomiska förhållanden (Paulsson, 1919). Smaken är inte något oföränderligt, utan det skiftar med tider och folk (Josephson, 1997).

2.5 Måltidsmiljö

Det är allmänt känt att man äter med ögonen. När man blir äldre har man nedsatt syn, därför är det vid måltidssituationen viktigt att förstärka kontraster mellan färger, exempelvis att ha en röd tallrik på en vit duk (Wijk, 2004). Duk, blommor och ljus kan bidra till en trivsamt miljö. För att få matkvalitet måste tre delar tas i beaktande, nämligen själva produkten, ätaren och miljön, då dessa faktorer påverkar varandra (Meiselman, 2003). Det är viktigt att sammansättningen av måltidsmiljön ger ett helhetsintryck för att uppnå matkvalitet (Genombrottsprojektet, 2006). Genom omgivningen kan man förmedla olika känslor. Om man lyckas förmedla en viss känsla i rätt sammanhang kan exempelvis servicekvaliteten uppfattas som bättre (Mossberg, 2003).

Äldre människor ska ha rätt att få sina måltider serverade på ett smakfullt sätt samt att förtära dem i en rofylld och hemtrevlig miljö (Genombrottsprojektet, 2006). Författaren och gastronomen Brillant-Savarin omtalas i Sjögren-de Beauchaines (1988) bok där han nämner vikten av tid som en av förutsättningarna för en bra måltid. En inbjudande måltidsmiljö är viktig för att stimulera matlusten. Det är betydelsefullt att man ser helheten i måltidsmiljön, det vill säga att man både fokuserar på maten och den fysiska miljön. Den fysiska miljön ska vara trivsamt och igenkännande för de äldre, så risken för osäkerhet och stress minimeras. Genom att avnjuta måltiden i anknytning till köket, ger detta en möjlighet till att skapa en central plats där de som vill kan umgås (Genombrottsprojektet, 2006). Måltiden är ett möte där matbordet blir den plats där utbyte av synpunkter sker. Uppförande, attityder och värderingar uttrycks gränslöst. För många är konversation runt matbordet en viktig del av måltiden (Sjögren-de Beauchaine, 1988).

Man kan belysa miljön på olika sätt, detta genom att bland annat uppmärksamma vissa ytor genom kontraster i olika färger. För personer med demenssjukdom är detta ett underlättande moment för att skapa förståelse och kunna urskilja vad som ses. Ett exempel på att arbeta med kontraster vid måltiden skulle kunna vara att inte servera vit yoghurt på en vit tallrik, utan att då istället servera yoghurten på exempelvis en röd tallrik. Då äldre personer ofta har nedsatt syn och hörsel är det viktigt att belysningen och ljudet är bra. Med rätt musik kan man skapa en rogivande stämning vilket bland annat kan minska ängsligheten hos de äldre (Genombrottsprojektet, 2006). När man blir äldre, och därmed kanske ser sämre, kan saker i miljön vara svåra att uppfatta. Med färg kan man förtydliga kontraster och framhäva till exempel tallriken, muggen och besticken. Små enkla sätt att göra dessa förtydligande är att använda bordstablett och färgat porslin. Detta gör att man kan vara mer självständig och att man kanske kan klara av att äta själv. ”Kontrast behövs för att se det man betraktar” (Wijk, 2004, s. 53).

Det är viktigt att miljön i matsalen är lugn och skapar ro i matsituationen. Personalen måste tänka på att inte springa runt för mycket. Vårdtagaren ska uppleva att matsituationen är positiv. Många vårdtagare har hörapparat vilket gör att slammer från porslin förstärks. Belysning, porslin och dukning är också faktorer som är viktiga. Att duka med servetter till helgen gör det festligt och även blommor på borden förhöjer trivselt. Matstunden är ett avbrott för många vårdtagare då det inte händer så mycket annat under dagen. Det är därför

viktigt att matstunden sätter guldkant på dagen. Den sociala kontakten vid matbordet har stor betydelse och även placeringen i matsalen som till exempel inte placera för många personer vid samma bord. Att skapa en hemlik miljö i matsalen kan ha stor betydelse för de boende (Backstig, 2002).

En god måltid är inte bara att tillgodose näringsbehoven, den ska även uppfylla vårdtagarens sociala, kulturella och etiska behov. Många äldre saknar aptit, vilket gör att maten måste serveras på ett sådant sätt att den skapar en känsla av matglädje och ger inspiration att äta. Vi äter med våra sinnen, och det är viktigt att maten är vackert upplagd samt att miljön där man äter inte är störande och ofräsch. Lukt-, syn- och smaksinnet är ofta nedsatt hos äldre, vilket gör att färger i uppläggningsen av mat samt smak och lukt bör förstärkas för att uppfattas av den äldre. Det behövs fantasi för att skapa en trevlig miljö. För att tillgodose behoven och nå målen krävs en samverkan mellan olika aktörer. Det är viktigt att ta vara på de boendes synpunkter angående mat, miljö och måltidsordning (Backstig, 2002). Studier som Sellerberg (1986) gjort lyfter fram att de boendes åsikter sällan når fram, de anses inte lika relevanta som andra mål och medel som står i fokus inom äldreomsorgen.

2.5.1 Färger och kontraster

Färger är egentligen ett flöde av ljus som bearbetas av våra sinnen. Den tyske konstprofessorn Johannes Itten ägnade sig mycket åt att experimentera med färger. Han menar att färger har olika egenskaper. Om man vill höja vakennivån och mentalt stimulera ska man använda gult, grönt däremot tycks vara en neutral färg. Till den klassiska färgterapiens sju gradiga uppdelning ingår bland annat gult som betecknar tankesfärens intellektuella kultivering, grönt som motsvarar drömlivet och behovet av överklighet samt violett vilket tillkännager viljan och jagets fullkomnande (Ryberg, 1999).

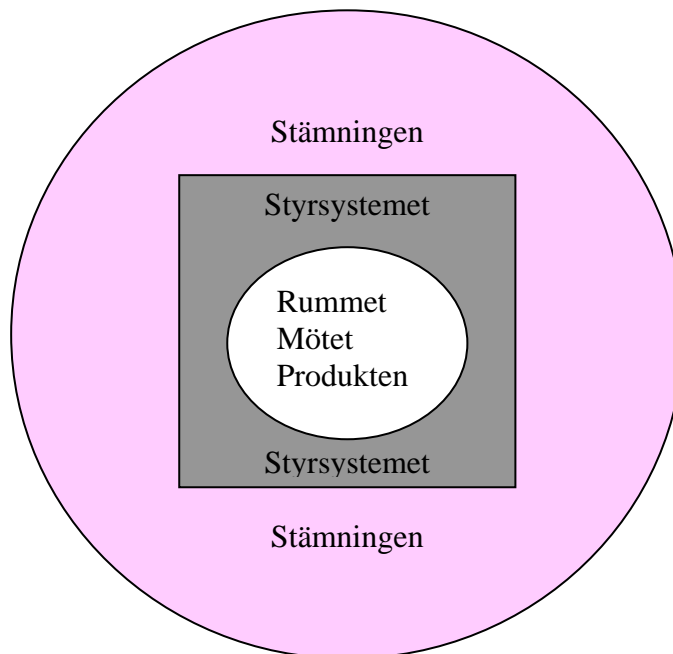
Då man betraktar två eller flera färgytor tillsammans förstoras de färgskillnader som finns mellan dem. Färgskillnader ökar hos samtliga färgytor, men märks framför allt i de ytor som omsluts av andra till exempel de ytor som utgör figur mot en bakgrund. Detta kallas kontrastförstärkning det vill säga kontrasten ökar. Alla färgens egenskaper påverkas vid kontrastförstärkning. Till exempel upplevs en färg mindre kulört mot en yta som är mer kulört och mer kulört mot en yta som är mindre kulört. Kontrastförstärkning är ett funktionssätt hos vårt visuella system. Det hjälper oss att tydligare uppfatta färgytornas kantlinjer, vilket är grundläggande för att vi ska kunna se något överhuvudtaget (Klarén, 1996).

För att skapa en gemytlig måltidsmiljö och tillgodose varje individs specifika behov behöver man knyta samman de ovanstående delarna som tas upp. Detta leder oss vidare in på faktorer som står till grund för en optimal måltidsupplevelse det vill säga de fem aspekterna.

2.6 De fem aspekterna

Inom viss måltidsforskning (framför allt vid Grythyttans Akademi) bedrivs forskning kring de fem aspekterna. De fem aspekterna är *Mötet*, *Rummet*, *Produkten*, *Styrsystemet* och *Stämningen* (se Figur 1). Modellen om de fem aspekterna kommer ursprungligen från Guide

Michelins¹ utvärdering av hotell och restauranger. För att förklara modellen kan man beskriva den genom ett restaurangbesök. Den första aspekten är *Rummet* och det är det första du möter när du går in i en restaurang. Den andra aspekten är *Mötet*, som inträffar mellan besökare och personal det vill säga den upplevda servicekvaliteten. Den tredje aspekten är själva *Produkten* som speglas av mat och dryck. Den fjärde aspekten är *Styrsystemet* som via lagar, regler och ekonomi spelar in i den serverade måltiden. Den femte aspekten är *Stämningen* vilket de fyra tidigare aspekterna tillsammans skapar (Gustafsson, Öström, Johansson & Mossberg, 2006).



Figur 1. Modellen av de fem aspekterna. (Hämtat från: Edwards & Gustafsson, 2008, i översättning).

Carl Jan Granqvist är ett känt namn inom restaurangvärlden och man kan i Gustafssons och Strömbergs bok, *Tid för måltidskunskap* (2004), läsa om restaurangbesökets fem moment utifrån hur Granqvist skriver detta med utgångspunkt från Guide Michelin. När man talar om mat och dryck är det inte bara kvaliteten på dessa som spelar in, utan även faktorer som mötet, miljön, ekonomin samt hur man iakttar lagar och förordningar. På restaurangutbildningen i Grythyttan växte idén om de fem aspekterna fram när de ställde sig frågan vad man behöver för att kunna leverera en högkvalitativ produkt till gästen (Hedberg, 2004).

De fem aspekterna (se Figur 1) kan kort beskrivas enligt följande:

Rummet

Måltider intas alltid i ett rum som exempelvis i en restaurang, på ett sjukhus eller i köket hemma. Även måltiden utomhus sker i "ett rum", utemiljön. Att inreda rummet kräver kunskap om design, konst och textil. Det är även viktigt att inreda en miljö som passar det övriga konceptet med restaurangen. Ljus, ljud, färg och design har ett stort inflytande på måltidssituationen (Gustafsson m.fl. 2006).

¹ Restaurangbedömning, stjärnmarkering i Michelin-guiden är en av de internationellt mest eftertraktade utmärkelserna i restaurangbranschen.

Mötet

Mötet kan innebära mötet mellan kunder sinsemellan, mellan kunder och personal eller mellan personalen. Även servicekvaliteten, angående hur man blir bemött som kund, räknas till mötet. Den direkta kontakten mellan kunderna och restaurangen är serveringspersonalen och de har en stor del i om kunderna trivs. Om serveringspersonalen har ”fel attityd” kan detta förstöra middagen. Genom att ha hjälpsam och observant personal bidrar de till restaurangens goda rykte (Edwards & Gustafsson, 2008).

Produkten

Mat och dryck och kombinationen dem emellan är aspekten produkten. Yrkesskicklighet, kunskap och estetisk kunskap krävs för att skapa god mat och en optimal upplevelse för gästen (Edwards & Gustafsson, 2008).

Styrsystemet

Till styrsystemet hör bland annat det administrativa, ledarskap och lagar som styr mathantering och vin- och sprittillstånd (Edwards & Gustafsson, 2008).

Stämningen

De ovanstående aspekterna tillsammans utgör en helhet vilket tillsammans skapar stämningen (Edwards & Gustafsson, 2008).

2.7 Tidigare studier

Nedan tas ett antal tidigare studier upp. Studierna behandlar bland annat förändringar av arbetssituation, personalen och patienternas åsikter kring måltiden, den sociala miljön och förändring av måltidsmiljön.

Resultatet av Hawthornestudien (1926–1932) som refereras i Eriksson-Zetterquist, Kalling och Styhre (2006), visade att om personalen uppmärksammas ökar produktionen, detta är den så kallade Hawthorneeffekten. Studien gick ut på att fem kvinnor sattes i ett separat rum, där deras arbetsuppgifter var att montera telefonreläer. Kvinnorna informerades om studien, men de ombads jobba i normal takt. Under experimentets gång gjordes förändringar som exempelvis vilopauser, belöningssystem, förkortad arbetsdag och de bjöds på lättare måltider, denna studie varade i fem år. Forskarna återgick även till ursprungsläget då och då för att se hur testpersonerna påverkades av förändringarna. Under studien infördes vilopauser för 5000 medarbetare och resultatet var att medarbetarna under bättre förhållanden hade mer energi och mer samarbetsvillighet och att effektiviteten inte bara berodde på lönesystemet. Forskarna kom fram till att det var förändringar och inte förändringen i sig som bidrog till det positiva resultatet. En organisation kan tjäna på att bemöta den enskilde medarbetarens behov genom att känna till dess behov och drivkraft, då det är dessa behov som påverkar organisationen (Eriksson-Zetterquist m.fl. 2006).

Sellerberg (1983) gjorde en intervjustudie på två olika sjukhus med två olika kostsystem, där hon ville ta reda på personalens och de boendes åsikter kring måltiderna, deras krav, önskemål, missnöjen och drömmar om mat. På ett av sjukhusen var det kantinsystem och på det andra bricksystem. I det ena serverades maten i matsal där patienterna satt i grupper vid runda bord. De äldre befann sig utanför de låsta dörrarna i god tid innan måltiden och ställde sig i kö för att säkra sin möjlighet att få de bästa platserna vid borden. Vid borden var det livliga förhandlingar med personalen, som hjälpte till med serveringen, om vem som skulle ha

först, den största och den finaste biten. Personalen blev kritiserad om de favoriserade någon, om maten inte smakade bra eller om det inte fanns tillräckligt med mat. Under måltiden diskuterade patienterna maten och i flera timmar efter var det fortfarande diskussioner och kritik om maten som många uppfattade för salt, för främmande, för sparsamt, för svårt att tugga och så vidare. Personalen tyckte att matsystemet var krävande att arbeta med och de var trötta på att få kritik om maten. På den andra avdelningen var det bricksystem. Här kunde patienterna i god tid beställa den mat de önskade. Maten packades på brickor som var individuellt anpassat till den enskildes önskemål och näringsbehov. Sellerberg påvisade i sin undersökning att etableringen av bricksystem som införts, optimerar patientens kost individuellt och därmed förbättrar deras näringsintag, samtidigt medförde detta att det sociala livet på avdelningen försvann. När maten är individuellt anpassad försvinner rivaliseringen och när man själv valt maten minskar möjligheten till kritik (Holm, 2003). Sellerberg reflekterade över att de äldre patienterna gärna vill ha de maträtter de känner igen, det vill säga den svenska husmanskosten och de saknade bland annat sill (Sellerberg, 1983).

Holm (2003) skriver om försök till förbättring, i detta fall ett försök att få ut de ätande till matsalen istället för att de sitter själva på rummet. Försöken gjordes på två olika avdelningar där de på den ena avdelningen var relativt pigga i jämförelse med de på den andra avdelningen där de var äldre och behövde mer vård. De gjorde ett försök att börja med kyld mat och gjorde i ordning de redan befintliga matplatserna. Den kalla maten värmdes upp på avdelningarna och ställdes ut till bufféserving. Studien medförde att patienterna ökade sitt näringsintag och den sociala miljön förbättrades då de utnyttjade matplatsen mer. Patienterna kunde själva ta sin mat och det blev flera valmöjligheter med bufféserving och de ansåg även att maten fick en bättre kvalitet. Stämningen och den sociala miljön på avdelningen förbättrades i och med bättre kontakt mellan patienterna. Patienterna fick även större inflytande på den egna situationen i och med självservering och den ökade valmöjligheten (Holm, 2003).

Viktiga delar vid måltiden, är att få sitta med dem man känner samt att maten är varm och smakar gott. Den viktigaste delen för att få en bra upplevelse vid måltiden, var sällskapet och om de själva får välja var och med vem de ska sitta blir det en livlig samvaro och man ökar sitt näringsintag. ”Förbättring av patienternas energiintag går hand i hand med en utveckling av den sociala miljön” (Holm, 2003, s. 270).

En studie av Elmståhl (1987) gjordes på Värnhems sjukhus angående måltidsmiljön i långvården. Han gjorde där en förstudie av den dåvarande miljön i åtta veckor och gjorde sedan en förändring av miljön till att likna en miljö från 1940-talet, för att representera en del av patienternas liv. Förändringen gjordes via möbler, mattor, porslin, tavlor med mera och studerades i 16 veckor. Måltidsmiljön återställdes sedan till sitt ursprungliga läge, även då gjordes en studie i åtta veckor. I för- och efterstudien serverades maten enligt bricksystem och i den experimentella serverades maten på serveringsfat av personalen, så att patienterna själva kunde ta för sig. En gång i veckan dokumenterade man matintaget genom matdagbok. Resultatet visade att under den experimentella perioden ökade energiintaget med 25 procent, vilket sjönk när man sedan återgick till den ursprungliga måltidsmiljön (Elmståhl, 1987).

Gibbons och Henrys (2005) studie visar att när identiska maträtter serveras i olika måltidsmiljöer, där den ena miljön är inredd med bland annat duk, blommor och enhetligt porslin och den andra inte, visar resultatet att energiintaget ökar i en positiv riktning, på dem som äter i den inredda måltidsmiljön.

Meiselman (2003) har gjort en studie där han visar vikten av en bra måltidsmiljö när man ska äta. Han använde samma maträtter, men studierna utfördes på betalande kunder i en restaurang respektive cafeteria. Resultatet visar att de som åt sin måltid i restaurangen satte ett högre betyg på hur maten smakade, än vad de gjorde som åt i cafeterian. Bedömningen kunde utläsas på en niogradig skala (Meiselman, 2003).

Meiselman har även gjort en studie tillsammans med John Edwards, där samma rätt, kyckling och ris, serverades i tio olika måltidsmiljöer. Miljöerna som de utförde studien på var allt från militärbas till en fyrstjärnig restaurang. De olika demografiska grupperna som studerades återfanns i flera olika miljöer. Resultatet visar att sjukhus, universitet och militärbaser fick det sämsta resultatet medan det högsta betyget delades ut till verksamheterna med vita dukar, det vill säga restauranger och hotell (Meiselman, 2003).

Studien av Mattsson Sydner (2002) behandlar vardagslivet kring tillagning och servering av mat för äldre. Resultatet visar att de som hade minst möjlighet att påverka sina måltider var de som var sjukast och i störst behov av vård och omsorg. I studien framkom bristen i hanteringen av livsmedel och ordnande av mathållning i förhållande till de statliga regler och rekommendationer som finns. I studien framkommer, genom intervjuer med politiker, tjänstemän, restaurang- och omsorgspersonal, att de kände sig maktlösa kring omständigheterna till hur mat och måltider organiserades. Denna så kallade maktlöshet bidrog till att ingen tog på sig ansvaret vilket i sin tur ledde till att ingen ansåg sig kunna påverka äldreomsorgens matförsörjning (Mattsson Sydner, 2002).

Sammanfattningsvis då undernäringen är stor inom äldreomsorgen kan man belysa måltidsmiljöns betydande faktor då det i tidigare forskning, exempelvis Elmståhls (1987), har bevisats att energiintaget kan öka vid en förändring av måltidsmiljö. Även Gibbons och Henry (2005) visar i sin studie att energiintaget ökar vid en finare måltidsmiljö. Vidare kan paralleller dras med Meiselmans (2003) studie där han kommit fram till att maten smakar bättre i en vackrare måltidsmiljö.

3 Syfte

Syftet är att ompröva tidigare forskning genom att undersöka måltidsmiljön på ett äldreboende och se om förändring av måltidsmiljön kan påverka den upplevda smaken på maten. Syftet är också att studera de äldres uppfattningar av måltidsmiljön. Följande frågeställningar har använts:

1. Vad är betydelsefullt för de äldre angående måltidsmiljön?
2. Vad för slags mat föredrar de äldre?

4 Metod

I metoddelen ges en beskrivning av hur studien genomförts vad gäller urval och tillvägagångssätt. Här tas även de etiska aspekterna upp som en viktig grund till arbetets gång. Det ska även tydliggöras att då personalen nämns syftar detta på hela personalstyrkan och när det skrivs om en person, benämns denna som personal.

I studien användes enkäter (se Bilaga 1), observationer samt intervjuer (se Bilaga 2) för att studera måltidmiljön på två våningar på ett äldreboende i centrala Göteborg. I detta fall lades fokus på rummet. Den ursprungliga dukningen på våningarna innefattade duk på borden, blommor, servetter, salt- och pepparkar och varma tallrikar. Detta följdes enligt måltidschecklistan från Eriksson och Martinssons bok (2008) *Smaker man minns* (se Bilaga 3). Denna checklista är något som personalen ska följa vid måltidssituationen. En av våningarna var referensgrupp medan den andra våningen var den där det gjordes förändringar av måltidsmiljön. Studien ägde rum under åtta vardagar. De tre första dagarna gjordes en förstudie för att jämföra de båda våningarna och för att få en uppfattning om hur de förhöll sig till varandra. Dag fyra till sju gjordes förändringar på en av våningarna. På dag sju gjordes intervjuer på referensvåningen medan det på dag åtta gjordes intervjuer på förändringsvåningen.

4.1 Etik

Etik handlar inte om regler och lagar, utan om hur man bör uppträda. Inom forskningen är de etiska aspekterna viktiga då de i det långa loppet kan ha en påverkan på samhället (Vetenskapsrådet, 2009). En grundläggande etikfråga inom vården är hur man reflekterar kring den erbjudna omvårdnaden. Det vill säga om den erbjudna vården respekterar patienten och får patienten att i stor utsträckning känna sig självständig genom den fysiska miljön, personalbemötandet samt den mat som erbjuds. Ett etiskt dilemma inom vården är att det inte finns något bra handlingsalternativ och det är då viktigt att ta hänsyn till patientens bästa utifrån befintliga beslut och handlingar. Vårdpersonalen har en plikt gentemot patienterna att bevara deras självbestämmanderätt, att inte skada och kränka dem utan istället ge dem livskvalitet (Socialstyrelsen, 2000).

Maten kan ibland förknippas med händelser som egentligen inte berör maten i sig, utan egentligen har en annan bakomliggande faktor. Exempel på det kan vara en person som bär tandprotes som istället för att berätta om sitt tuggproblem klagar på att maten är oätlig. Matvägran och missnöjen som kan uppstå i samband med kostintag är något som personalen måste kunna lära sig att urskilja. Personalen måste beakta problemen kring maten då det kan vara bakomliggande faktorer som fysisk, psykisk, social eller andlig natur som ligger till grund för problemet. Måltiden kan vara ett redskap att tillhandahålla glädje och njutning för en sjuk person. En trevlig måltidsatmosfär med exempelvis en duk på bordet kan vara betydelsefullt. Något man dock måste beakta är att bara för att man talar om matens sociala betydelse är det inte säkert att alla de som bor på boendet går ihop med varandra. Det är därför viktigt att vårdpersonalen inte generaliserar alla i tron på att man kan placera ihop människor hur som helst (Livsmedelsverket, 1998).

Mat är något mer än endast näringsämnen och det räcker inte med att endast stilla det fysiologiska behovet för att människan ska känna sig tillfredställd. Även de psykologiska, sociala, kulturella och andliga relationerna till mat har betydelse. Det är upplevelserna kring måltiden som mättar själen (Livsmedelsverket, 1998).

4.2 Urval

Studien ägde rum på ett äldreboende i centrala Göteborg. Anledningen till att utföra studien på ett äldreboende var intresset av denna målgrupp. Detta boende och de aktuella våningarna tilldelades oss i syfte att utföra ett projekt för en verksamhet. Studien utfördes på två våningar med åtta respektive nio boende på vardera våning. Dessa våningar var likvärdiga med varandra, med likvärdiga menas då de boendes hälsotillstånd samt att samma personal cirkulerar på de båda platserna. Vid val av målgrupp hade vi i åtanke att det skulle vara möjligt att föra diskussion och att personerna i fråga inte skulle vara dementa, då detta skulle försvåra studien. Vidare var personerna som var med i studien mellan 80 och 100 år och har vistats olika länge på äldreboendet allt från några månader till flera år. Angående val av förändringsvåning valdes den våning som uppfattades lite mörkare i förhållande till den andra våningen (se Bilaga 4 och 5). Med mörkare menas då gröna tapeter i jämförelse med den andra våningens gula. Första intrycket av de båda våningarna var att den gula våningen uppfattades lite fräschare och finare. Valet blev därför att skapa en ljusare måltidsmiljö på den våning som uppfattades mörkare.

4.3 Tillvägagångssätt

En våning användes som referensgrupp, på denna våning gjordes inte några förändringar. På den andra våningen gjordes förändringar av måltidsmiljön efter en tredagars förstudie. Detta för att i relation till referensvåningen få ett resultat före och vid förändring. Förändringsstudien utfördes i fyra dagar. Totalt utfördes studien i sju vardagar under lunchen, där de båda våningarna fick samma mat. Vi delade upp oss på varsin våning för att skapa en bra kontakt med respondenterna och för att erhålla intryck, via observationer, över lunchen. För att inte påverka resultatet satt vi avsides, men på ett avstånd för att kunna observera vad som förekom under måltiden.

4.3.1 Enkäter

Enkäterna utformades i enlighet med studiens syfte. Ett enkätformulär kan enligt Trost (2001) användas som ett mätinstrument där människors beteende, åsikter och känslor kan mätas. Mätinstrumentet kan användas till den enstaka frågan och mäter det som avses att mätas. Enkätmetoden valdes för att samla information och för att få en uppfattning om studien utvecklades vid förändringen. Varje dag besvarade de boende en enkät (se Bilaga 1) angående den upplevda smaken på maten och måltidsmiljön. Dessa utfördes på varje boendes eget rum, för att de boende inte skulle påverka varandra. Enkäten bestod av två frågor respektive fem svarsalternativ (se Bilaga 1). Då det var äldre människor som studerades valdes att sitta med dem och fylla i enkätfrågorna, detta kallas enligt Patel och Davidsson (2003) ”enkäter under ledning”. Vid slutna frågor är det mest praktiskt om rutorna står placerade till vänster om svarsalternativen, det kan annars vara svårt att hitta rätt ruta om de står till höger vid olika

långa svarsalternativ. Dessutom ska varje svarsalternativ stå på en ny rad under varandra, alltså inte placeras bredvid varandra (Hansagi & Allebeck, 1994). Detta fanns i åtanke vid utformning av enkäterna. Resultatet från enkäterna sammanställdes i diagram och ett medelvärde räknades ut för att kunna jämföra de båda våningarna. Svarsalternativen värdesattes med de jämna siffrorna 2-10 istället för 1-5. Detta gjordes för att underlätta avläsningen av resultatet då dessa siffror gav ett större intervall.

4.3.2 Observationer

I samband med lunchen gjordes observationer. Denna metod valdes med utgångspunkt från Patel och Davidsson (2003), då iakttagelser ville göras av de boendes reaktioner och beteende vid en förändring av måltidssituationen. Till beteende räknas bland annat fysiska handlingar, språkliga yttranden, relationer mellan individer och känslouttryck. Observationer är vårt främsta medel för att skaffa information om omvärlden och det görs utifrån en människas erfarenheter, behov och förväntningar. Det finns olika typer av observationer, strukturerad och ostrukturerad. Patel och Davidsson (2003) beskriver att om man vill få så mycket kunskap som möjligt, ska man välja ostrukturerade observationer. Då vi var uppdelade på varsin våning och behövde några riktlinjer att utgå från gjordes valet att använda ostrukturerade observationer. Vid observationerna valdes att iaktta personalens arbetsinsats och bemötande och de boendes attityder. Det reflekterades även över de boendes spontana uttryck som skapades vid måltiden. Fördel med observationer är att man kan studera faktorerna i samma stund som de inträffar och i dess naturliga miljö. Observationer är även oberoende av individers villighet att lämna information och den kräver även mindre i form av samarbete av de utvalda individerna än många andra tekniker (Patel & Davidsson, 2003). Med denna metod kommer man även närmast verkligheten. En nackdel som kan uppstå är problematiken i att se observationerna objektivt, detta kan vara svårt då egna värderingar och tyckande kan påverka (Backman, 1998). En annan nackdel kan vara att man som observatör kan störa gruppens naturliga beteende (Patel & Davidsson, 2003).

4.3.3 Intervjuer

En annan metod som användes var intervjuer (se Bilaga 2). Intervjuer är särskilt lämpliga då man bland annat vill ta reda på människors beskrivning av deras upplevelser (Kvale, 1997). Intervjuerna utfördes på de båda våningarna, med en mindre utvald skara. Denna skara valdes utifrån de som varit med på alla enkättillfällen samt att de var de bästa att föra ett samtal med. Med bästa menas då de som hade mycket att säga och klarade av att tala relativt sammanhängande. Intervjun med referensgruppen ägde rum på tisdagen den andra undersökningsveckan. Intervjun med förändringsgruppen ägde rum efter avslutad studie, vilket var på onsdagen på andra undersökningsveckan. Valet att förändringsgruppens intervjutillfälle gjordes efter avslutad enkätstudie var för att inte påverka svaren på enkäterna. Med intervjuer skapades en möjlighet att få ett mer utförligt svar på frågorna. För att få intervjupersonen att öppna upp sig började intervjun med lättsamma frågor där de kunde prata fritt, detta för att inte väcka en försvarsställning. Patel och Davidsson (2003) menar att en god personlig relation bör uppstå mellan intervjupersonen och intervjuaren. Eftersom vi från början delade upp oss på varsin våning valdes att intervjuerna skulle skötas av den person som varit på respektive avdelning, båda satt dock med i rummet vid intervjutillfällena. Det är viktigt att man utformar intervjufrågorna så att alla kan förstå. Patel och Davidsson (2003) menar att man ska undvika svåra och främmande ord, fackuttryck och frekvensord, vilket fanns i åtanke då intervjufrågorna utformades. Intervjuerna, som varade i cirka 20 minuter i

genomsnitt, spelades in och transkriberades. Resultatet av intervjuerna redovisades därefter i textform.

4.3.4 Förändringen

Måltidschecklista från Eriksson och Martinssons bok (2008) *Smaker man minns* (se Bilaga 3) ligger till grund för utformningen av dukningen, eftersom detta är något som personalen på våningarna har som underlag vid måltidsituationer. Temat för dukningen var vårinspirerat och det fokuserades på färger som lila, gult och grönt. Violettt valdes då den enligt Goethe är det längtansfulla skådandets färg (Rydberg, 1999). Då våningen redan hade duk och blommor på borden, som gjorde att dukningen redan var bra, gjordes under måltidsförändringen en något finare dukning för att kunna göra en förändring. Dukningen som gjordes blev följande: en vit avtorkningsbar duk som bas, lila bordstabletter, vitt porslin med grön kantdekoration, kraftiga vinglas, mörklila och mönstrade servetter, vattenkaraffer, uppläggningsfat och bordsdekorationer som ljuslyktor och blommor (se Bilaga 5). Det lades vikt i att använda färgkontraster med till exempel olika nyanser av lila för att lyfta fram de vita tallrikarna. Med tallrikens gröna kant skapades även en uppfattning av var tallriken var. Tallrikarna och besticken som användes i undersökningen var de som fanns på avdelningen, dessa var relativt nya och användes för att ta vara på det porslin de hade på våningen. Tanken med materialet som användes vid dukningen var att det skulle vara hållbart och kunna användas dagligen och även för att påvisa att små förändringar kan göras av det material som finns tillgängligt. För att göra studien så hållbar som möjligt användes avtorkningsbara dukar och bordstabletter, dessa kunde även tvättas i maskinen.

4.4 Bortfall

Från början innefattade enkätstudien 17 respondenter. Det uppkom ett antal bortfall genom studieperioden. Två bortfall som sträckte sig över hela studieperioden var en person som ej kunde delta i studien på grund av kommunikationssvårigheter och en annan på grund av sjukdom. Andra orsaker till de bortfall som uppstod kunde bero på trötthet, dagliga aktiviteter och vissa dagar då någon inte ville besvara enkäten.

5 Resultat

I resultatet beskrivs inledningsvis matsedeln och respondenterna samt resultatet av förstudien. Vidare presenteras förändringsstudien, intervjuerna och observationerna. Resultatet binds samman i en kort sammanfattning.

Matsedeln som gällde under de sju undersökningdagarna presenteras nedan. Vissa av rätterna visade sig vara mer populära än andra. De som var mest populära var den typiska husmanskosten som serverades på onsdag och fredag.

<i>Måndag:</i>	<i>Stekt falukorv med stuvade grönsaker och kokt potatis Gammeldags fruktkräm</i>
<i>Tisdag:</i>	<i>Fiskbullar med räkor, dill och vitvinsås, kokta grönsaker Morotskaka med limefrosting</i>
<i>Onsdag:</i>	<i>Köttfärslimpa med skysås, stekt potatis och saltgurka Jordgubbskräm med gräddmjölk</i>
<i>Torsdag:</i>	<i>Grönärtssoppa med pepparrot och räkor Skogsbärspaj med kardemumma och fikonsås</i>
<i>Fredag:</i>	<i>Kalops av högrev med rödbetor samt kokt potatis och kokt morot Rabarberkräm med gräddmjölk</i>
<i>Måndag:</i>	<i>Fyllt frukostkorv med potatismos Päronhalvor med rosmarinkaramell och grädde</i>
<i>Tisdag:</i>	<i>Dijonbrässerad sejfilé med rotsakspytt Fruktsallad med grädde</i>

Personerna som var med i studien var både män och kvinnor mellan 80-100 år. De har bott på våningarna olika länge, allt ifrån några månader till flera år. De flesta som deltog i studien var pigga och kunde vara med i undersökningen.

Undersökningen delades in i en förstudie och en förändringsstudie. Varje dag fick de boende besvara enkäter vilket sedan sammanställdes. För att kunna jämföra de båda våningarna räknades ett medelvärde ut, genom att ersätta svarsalternativen med värden enligt följande (se Tabell 1 och 2):

Tabell 1. Värdesättning av svarsalternativ på frågan: *Hur smakade maten idag?*

Svarsalternativ	Värden
Mycket dåligt	2
Ganska dåligt	4
Varken gott eller dålig	6
Ganska gott	8
Mycket gott	10

Tabell 2. Värdesättning av svarsalternativ på frågan: *Hur upplevde du måltidsmiljön idag?*

Svarsalternativ	Värden
Mycket dåligt	2
Ganska dåligt	4
Varken bra eller dålig	6
Ganska bra	8
Mycket bra	10

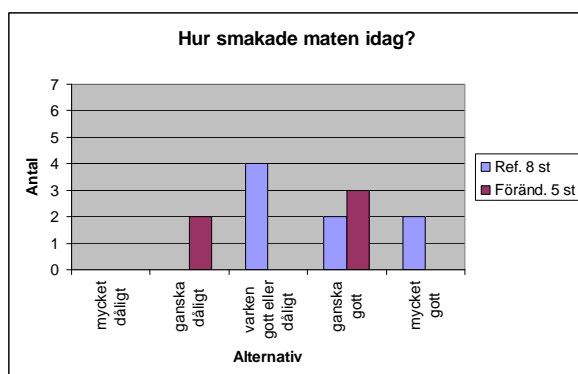
För att sedan räkna ut medelvärdet adderades sifferbetygen i referensgruppen och förändringsgruppen var för sig och sammanställdes till en totalsumma som sedan dividerades med antal svarande i respektive grupp. Exempelvis om två stycken svarade mycket dåligt och tre stycken svarade ganska gott blir summan för denna grupp $2+2+8+8+8=28$ och medelvärde blir då $28/5=5,6$.

5.1 Förstudie

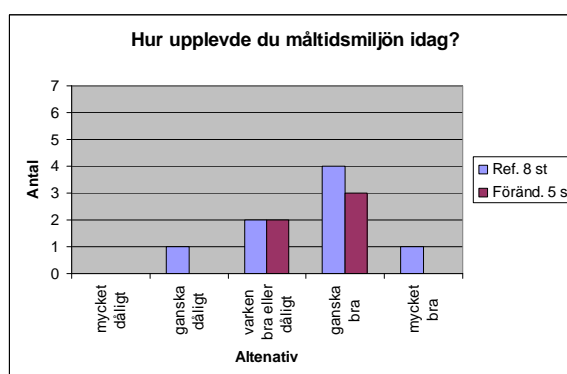
Förstudien pågick måndag till onsdag och gjordes för att skapa en uppfattning på hur de båda avdelningarna förhöll sig till varandra. Resultatet visade (se Figur 2-7) att referensgruppen låg högre angående både den upplevda smaken på maten och måltidsmiljön med undantag på måltidsmiljön på tisdag, där förändringsgruppen var något högre (se Figur 5).

5.1.1 Måndag

På måndagen serverades stekt falukorv med stuvade grönsaker och kokt potatis. Till efterrätt serverades gammeldags fruktkräm.



Figur 2. (n=13) Medelvärde:
Referensgrupp: 7,5
Förändringsgrupp: 6,4



Figur 3. (n=13) Medelvärde:
Referensgrupp: 7,3
Förändringsgrupp: 7,2

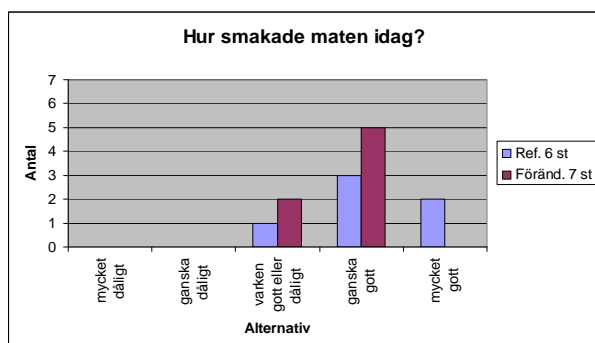
Respondenter denna dag var totalt 13 stycken varav åtta stycken från referensgruppen och fem stycken från förändringsgruppen. Det man kan avläsa från referensgruppens svar i Figur 2 är att fyra stycken svarade *varken gott eller dåligt*, två stycken svarade *ganska gott* och två stycken svarade *mycket gott*. Från förändringsgruppen svarade två stycken *ganska dåligt* och tre stycken svarade *ganska gott*. Detta resulterade i att referensgruppens svar fick ett högre medelvärde än förändringsgruppen.

I Figur 3 kan man avläsa från referensgruppens svar att en svarade *ganska dåligt*, två stycken svarade *varken bra eller dåligt*, fyra stycken svarade *ganska bra* och en svarade *mycket bra*. I förändringsgruppen svarade två stycken *varken bra eller dåligt* och tre stycken svarade *ganska bra*. Detta resulterade i att referensgruppens svar även här fick ett högre medelvärde än förändringsgruppen, men skillnaderna mellan medelvärdena var dock minimala.

Sammanfattningsvis kan man ur Figurerna 2 och 3 sammanställa ett resultat som visar att måndagens undersökning resulterade i att referensgruppen visar ett högre medelvärde angående den upplevda smaken på maten och måltidsmiljön.

5.1.2 Tisdag

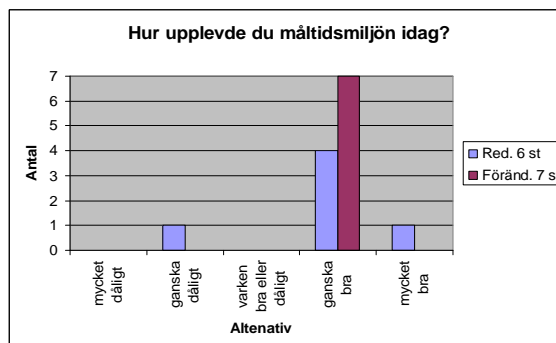
På tisdagen serverades fiskbullar med räkor, dill och vitvinsås och kokta grönsaker. Till efterrätt serverades morotskaka med limefrosting².



Figur 4. (n=13) Medelvärde:

Referensgrupp: 8,3

Förändringsgrupp: 7,4



Figur 5. (n=13) Medelvärde:

Referensgrupp: 7,7

Förändringsgrupp: 8,0

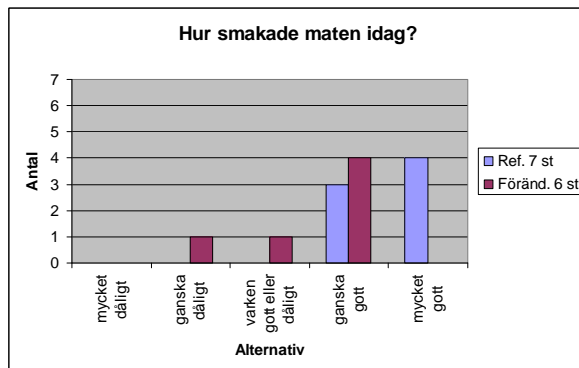
Respondenter denna dag var totalt 13 stycken varav sex stycken från referensgruppen och sju stycken från förändringsgruppen.

Sammanfattningsvis kan man ur Figurerna 4 och 5 sammanställa ett resultat som visar att tisdagens undersökning resulterade i att referensgruppen visar ett högre medelvärde angående den upplevda smaken på maten och förändringsgruppen visar ett högre medelvärde angående den upplevda måltidsmiljön. Om man jämför med måndagens resultat så har medelvärdena hos de båda grupperna ökat. Det som kan nämnas är den markanta stapeln som framkommer i Figur 5, som visar ett enhetligt svar från förändringsgruppen.

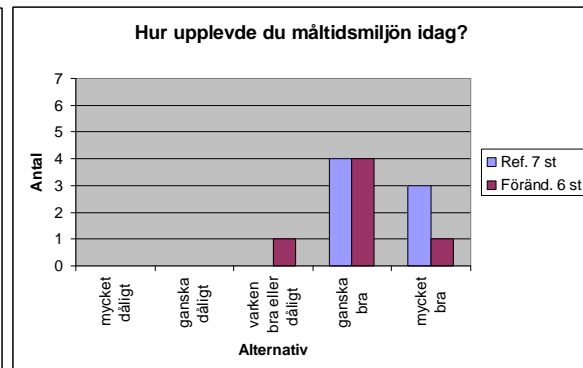
² Glasyr med limesmak.

5.1.3 Onsdag

På onsdag serverades köttfärslimpa med skysås, stekt potatis och saltgurka. Till efterrätt serverades jordgubbskräm med gräddmjölk.



Figur 6. (n=13) Medelvärde:
Referensgrupp: 9,1
Förändringsgrupp: 7,0



Figur 7. (n=13) Medelvärde:
Referensgrupp: 8,9
Förändringsgrupp: 8,0

Respondenter denna dag var totalt 13 stycken varav sju stycken från referensgruppen och sex stycken från förändringsgruppen.

Sammanfattningsvis kan man ur Figurerna 6 och 7 sammanställa ett resultat som visar att onsdagens undersökning resulterade i att referensgruppen visar ett högre medelvärde angående den upplevda smaken på maten och måltidsmiljön.

5.1.4 Sammanfattning av förstudien

Det som kom fram i förstudien var hur de båda grupperna förhöll sig till varandra. Detta visar att referensgruppen fick ett högre medelvärde än förändringsgruppen angående den upplevda smaken på maten och måltidsmiljön under de tre förstudiedagarna, med undantag från tisdagens måltidsmiljö där förändringsgruppen fick ett högre resultat. Vad man kan utläsa ur Figur 2-7 är att referensgruppen dessa dagar ligger lägre i medelvärde angående den upplevda måltidsmiljön i relation till den upplevda smaken på maten. Förändringsgruppen däremot ligger högre angående den upplevda måltidsmiljön i relation till den upplevda smaken på maten.

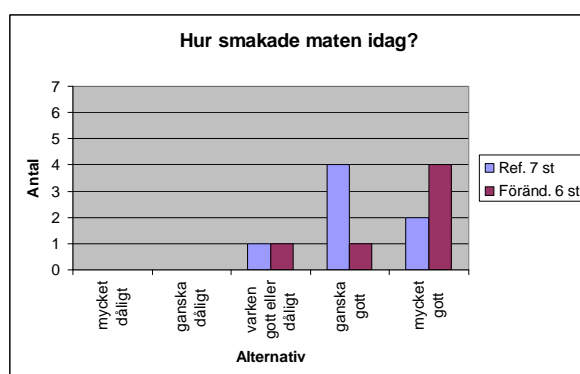
5.2 Förändringsstudie

Förändringsstudien varade i fyra dagar med start på torsdag och avslutning på tisdag, med ett uppehåll under helgen. Som tidigare nämnts innebar förändringen en omvandling av förändringsgruppens måltidsmiljö. Resultatet visar (se Figur 8-15) att förändringen av måltidsmiljön medförde att smaken på maten upplevdes bättre.

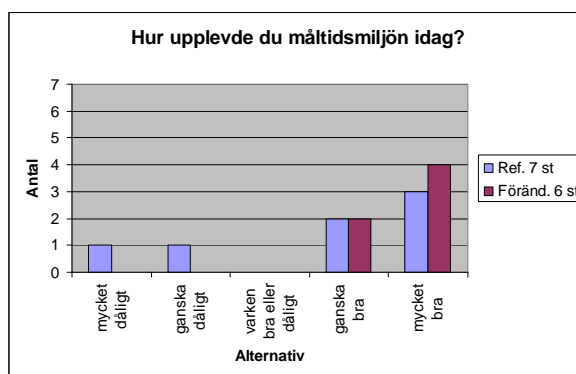
Referensgruppens resultat angående den upplevda smaken på maten ligger på en jämn nivå, med ett medelvärde runt åtta, under de sju undersökningdagarna. Förändringsgruppens resultat angående den upplevda smaken på maten de tre första dagarna, det vill säga före förändringarna, visar ett medelvärde runt sju. På de fyra förändringsdagarna hamnar förändringsgruppens medelvärde närmare nio. Jämför man förändringsgruppens resultat före och efter förändring ser man att betyget på den upplevda smaken på maten ökat vid förändringen av måltidsmiljön.

5.2.1 Torsdag

På torsdagen serverades grönärtsoppa med pepparrot och räkor. Till efterrätt serverades skogsbärspaj med kardemumma och fikonsås.



Figur 8. (n=13) Medelvärde:
Referensgrupp: 8,3
Förändringsgrupp: 9,0



Figur 9. (n=13) Medelvärde:
Referensgrupp: 7,4
Förändringsgrupp: 9,3

Respondenter denna dag var totalt 13 stycken varav sju stycken från referensgruppen och sex stycken från förändringsgruppen. Det man kan avläsa från referensgruppens svar i Figur 8 är att en svarade *varken gott eller dåligt*, fyra stycken svarade *ganska gott* och två stycken svarade *mycket gott*. Från förändringsgruppen svarade en *varken gott eller dåligt* och en svarade *ganska gott* och fyra stycken svarade *mycket gott*. Detta resulterade i att förändringsgruppen svar fick ett högre medelvärde än referensgruppens.

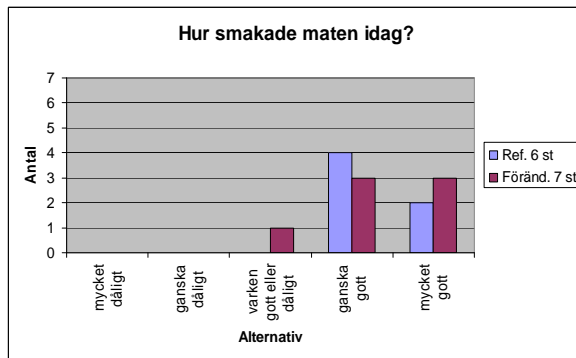
I Figur 9 kan man avläsa från referensgruppens svar att en svarade *mycket dåligt*, en svarade *ganska dåligt*, två stycken svarade *ganska bra* och tre stycken svarade *mycket bra*. I förändringsgruppen svarade en *ganska bra* och fyra stycken svarade *mycket bra*. Detta resulterade i att förändringsgruppens svar fick ett högre medelvärde än referensgruppens.

Sammanfattningsvis kan man ur Figurerna 8 och 9 sammanställa ett resultat som visar att torsdagens undersökning resulterade i att förändringsgruppen visar ett högre medelvärde

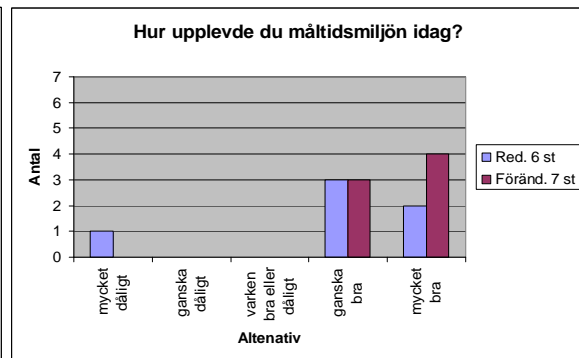
angående den upplevda smaken på maten och måltidsmiljön. Med detta resultat kan man dra slutsatsen att förändringen av måltidsmiljön påverkar den upplevda smaken på maten.

5.2.2 Fredag

På fredagen serverades kalops av högre med rödbetor samt kokt potatis och kokt morot. Till efterrätt serverades rabarberkräm med gräddmjölk.



Figur 10. (n=13) Medelvärde:
Referensgrupp: 8,7
Förändringsgrupp: 8,6



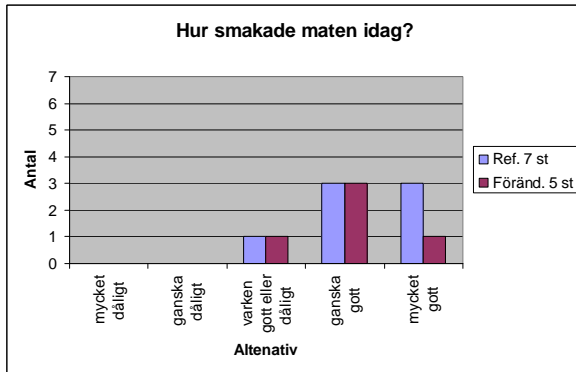
Figur 11. (n=13) Medelvärde:
Referensgrupp: 7,7
Förändringsgrupp: 9,1

Respondenter denna dag var totalt 13 stycken varav sex stycken från referensgruppen och sju stycken från förändringsgruppen. Resultatet visar att referensgruppens svar angående den upplevda smaken på maten blev något högre än förändringsgruppens, men resultatet från förändringsgruppen var ändå högre i jämförelse med förstudien.

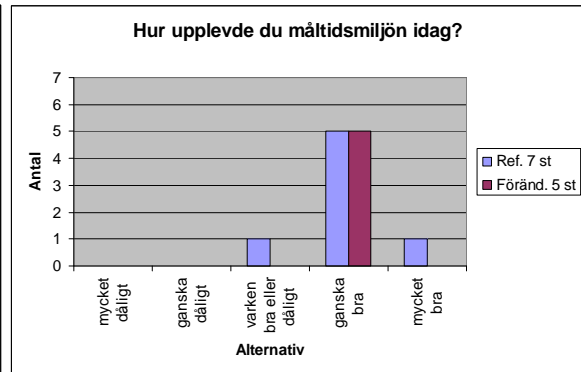
Sammanfattningsvis kan man ur Figurerna 10 och 11 sammanställa ett resultat som visar att fredagens undersökning, där det serverades en typisk husmanskost, resulterade i att referensgruppen visar ett högre medelvärde angående den upplevda smaken på maten. Medelvärdena är i detta fall marginella och visar ändå ett relativt likvärdigt resultat. Vad gäller måltidsmiljön kan man här ändå dra slutsatsen att den påverkar den upplevda smaken på maten hos förändringsgruppen då medelvärdet angående den upplevda smaken är högre än vad det var i förstudien.

5.2.3 Måndag

På måndagen serverades fylld frukostkorv med potatismos. Till efterrätt serverades päronhalvor med rosmarinkaramell och grädde.



Figur 12. (n=12) Medelvärde:
Referensgrupp: 8,6
Förändringsgrupp: 8,0



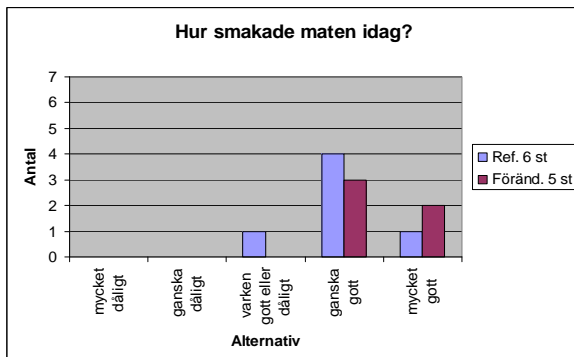
Figur 13. (n=12) Medelvärde:
Referensgrupp: 8,0
Förändringsgrupp: 8,0

Respondenter denna dag var totalt 12 stycken varav sju stycken från referensgruppen och fem stycken från förändringsgruppen.

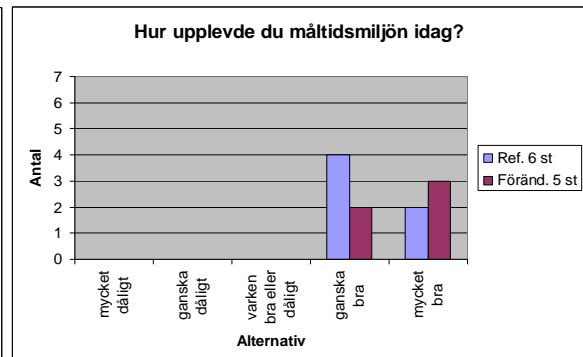
Sammanfattningsvis kan man ur Figurerna 12 och 13 sammanställa ett resultat som visar, efter helgdukingen, att måndagens undersökning resulterade i att referensgruppen visar ett högre medelvärde angående den upplevda smaken på maten. De båda grupperna ligger dock lika i medelvärde angående den upplevda måltidsmiljön, men resultatet visar ändå att förändringen ger ett högre betyg angående smaken på maten i relation till förstudien.

5.2.4 Tisdag

På tisdag serverades dijonbräserverad sejfilé med rotsakspytt. Till efterrätt serverades fruktsallad med grädde.



Figur 14. (n=11) Medelvärde:
Referensgrupp: 8,0
Förändringsgrupp: 8,8



Figur 15. (n=11) Medelvärde:
Referensgrupp: 8,7
Förändringsgrupp: 9,2

Respondenter denna dag var totalt 11 stycken varav sex stycken från referensgruppen och fem stycken från förändringsgruppen.

Sammanfattningsvis kan man ur Figurerna 14 och 15 sammanställa ett resultat som visar att tisdagens undersökning resulterade i att förändringsgruppen visar ett högre medelvärde angående den upplevda smaken på maten och måltidsmiljön. Med detta resultat kan man dra slutsatsen att förändringen av måltidsmiljön påverkar den upplevda smaken på maten.

5.2.5 Sammanfattning av förändringsstudien

Sammanfattningsvis kan man utifrån enkätstudiens resultatsammanställning avläsa att måltidsmiljön har betydelse angående smaken på maten. Förändringsgruppens resultat visar på en markant skillnad före och efter förändring av måltidsmiljön (se Tabell 3 och 4). Även om resultatet ibland visar på ett likvärdigt eller något under referensgruppens resultat så är det i jämförelse med förstudien fortfarande en tydlig ökning av medelvärdet. Slutsatsen blir att den upplevda måltidsmiljön påverkar den upplevda smaken på maten.

Tabell 3. (n=39) Förstudien. Medelvärde dag för dag i referensgruppen och förändringsgruppen på frågorna: *Hur smakade maten och hur upplevdes måltidsmiljön?*

Veckodag	Hur smakade maten?		Hur upplevdes måltidsmiljön?	
	Referensgrupp	Förändringsgrupp	Referensgrupp	Förändringsgrupp
Måndag	7.5	6.4	7.3	7.2
Tisdag	8.3	7.4	7.7	8.0
Onsdag	9.1	7.0	8.9	8.0
Medelvärde	8.3	6.9	≈8.0	7.7

Tabell 4. (n=49) Förändringsstudien. Medelvärde dag för dag i referensgruppen och förändringsgruppen på frågorna: *Hur smakade maten och hur upplevdes måltidsmiljön?*

Veckodag	Hur smakade maten?		Hur upplevdes måltidsmiljön?	
	Referensgrupp	Förändringsgrupp	Referensgrupp	Förändringsgrupp
Torsdag	8.3	9.0	7.4	9.3
Fredag	8.7	8.6	7.7	9.1
Måndag	8.6	8.0	8.0	8.0
Tisdag	8.0	8.8	8.7	9.2
Medelvärde	8.4	8.6	≈8.0	8.9

5.3 Intervjuerna

Intervjuer gjordes på båda våningarna med totalt sex utvalda boende, både kvinnliga och manliga. På referensvåningen gjordes intervjuerna sista undersökningdagen, det vill säga tisdag, medan intervjuerna på förändringsvåningen gjordes på onsdag efter avslutad studie. Intervjuerna på förändringsvåningen gjordes efter avslutad studie för att inte påverka resultatet på enkäterna. Utifrån vad vi fått in från intervjuerna har vi sammanställt följande där intervjupersonerna namnges med siffrorna 1-6.

5.3.1 Matupplevelsen

De boende på våningarna anser att maten som serveras är bra och varierande och de poängterar att man inte kan tillfredställa allas behov varje dag. Då smaken kan vara olika, kan maten ibland upplevas bättre eller sämre vissa dagar. Ett genomgående önskemål från intervjupersonerna är att de vill ha mer fisk, då gärna strömming och sill. Den fina maten som serveras uppskattas, men skulle man få välja blir det självklara valet den traditionella husmanskosten. Vidare framgick att med den traditionella husmanskosten är det viktigt att maten tillagas och smakar på samma sätt varje gång, kryddningar som de inte känner igen eller är starka är inte uppskattade.

Fisk vill jag gärna ha... jag kan inte klaga på maten utan det är olika variationer och allt vad ja man behöver, så jag tycker det är bra... Det man vill komma ihåg så där nära glömmer man av, men gammalt sitter kvar. Man tänker på vad man åt när man var barn det var ju vanlig sill och potatis och strömming som vi nästan åt... ja, fyra dagar i veckan. (1)

Middagen och de e så klart kan ju vara ibland lite sämre och bättre... De kör mycket blandat här... det är lätt sånt man tycker om här. Man kör sill och potatis, sillen är väldigt fin och god potatis blir det och den är väldigt god. (5)

5.3.2 Måltidsmiljön

När man pratar om en trevlig måltidsmiljö framkommer det att den sociala gemenskapen är viktig för intervjupersonerna. Ett annat genomgående svar var att man ville ha det lugnt och skönt och inget skrammel av porslin och karotter under måltiden. Skramlet som ibland uppkommer uppfattas av vissa boende som om personalen har bråttom. Personalens bemötande anses viktigt och det uppskattas när de dukar bort lunchen innan desserten serveras. Intervjupersonerna ville ha bra belysning vid måltiden och det uppskattades även att ha ljus på borden. Att maten läggs upp i karotter för självservering vid borden värderas högt.

Ja men det är ju alltid roligt att se att det är lite flera så man har lite, alla är med, vi pratar det lilla vi kan... man är tacksam att man har vad man behöver. (1)

Personalen tycker jag jättemycket om och litar på dem, det tycker jag är viktigt. (2)

Det är väldigt viktigt och så tycker jag att de är bra att sköterskorna hjälper till, jag är ju gammal. (6)

5.3.3 Vardags- och helgdukning

Vardagsdukningen med duk och blomma på bordet uppskattas och anses tillräcklig av intervjupersonerna. De vill se förändringar med helgdukningen genom att göra ytterligare

förbättringar med att bland annat använda bordstabletter, finare porslin och glas men en helgdukning är inget de vill ha varje dag.

Många gör det jättestygt... men vardagsdukningen är bra som den är... det ska vara lite ombyte. (2)

De gör ju så bra de kan och det är fint och festligt, och duk och servetter och sånt så det är det funkar väl det är inget att klaga på. (1)

Spelar ingen roll, men det är klart att det är bra när det är bättre, men inte nödvändigt. (3)

5.3.4 Matminnen

När det pratas fritt om matminnen i intervjuerna kommer husmanskost och fisk på tal.

Jag har väldigt bra bilder från hemmet och min mors egna hem... det var härligt och hemgjort. Ja, fisk var mycket fisk... jo jag tänker mycket hur det var förr, det var mycket prat. (6)

... tänk bara att man kunde gå ner till fiskhandeln och köpa direkt ifrån fiskad på natten, det hade vi det så bra. Nu är den gul och brun och tråkigt fisk... När jag var hemma någon gång, då fick man åka ända till fisktorget där vid Redbergsplatsen... och där stod gubbar och sålde, det var ju den bästa. Fisk i affären vet man inte hur gammal den var... usch, jag var ganska kritisk förstår ni, den skulle vara färsk. Jag vet min syster var här och hon var väldigt förtjust i strömming, men hon ville ha färsk och vi åkte ner till fisktorget och köpte och så kom vi hem och hon rensade den. Det fick inte vara ett ben kvar och så la hon den i mjölk över natten och där skulle den ligga över natten och dra ur och den blev så vit och fin och vi sa att vi aldrig hade ätit så god strömming, så hade vi potatismos och lingonsylt till, ja det var verkligen gott. Så det gör väldigt mycket att den är färsk, man får behandla den rätt och så stekte jag den i smör. Väldigt gott i alla fall, sån mat är man mer glad för. (1)

Genomgående i dessa intervjuer framgick uppskattningen av husmanskosten, då det är dessa smaker intervjupersonerna känner igen. Det behöver inte alltid vara den ”fina” restaurangmaten som är den mest uppskattade, utan det kan lika väl vara strömmingen och sillen som är måltidens höjdpunkt.

5.4 Observationer

Det som uppmärksammades vid observationerna var personalens bemötande och hur förändringarna påverkade de boende. Observationerna gav intrycket av att personalen som arbetade på våningarna hade olika bemötande gentemot de boende. Exempel på detta var hur man behandlade de med behov av matning, vissa av personalen satte sig bredvid den ätande och hjälpte till utan stress, medan andra matade i förbifarten. Det var även sällan man hörde uppmuntrande kommentarer som att *”Får det lov att vara lite mera mat”* Vissa dagar togs tallrikarna bort väldigt snabbt och möjligheten till att ta för sig mer förlorades. Andra dagar stod de kvar alldeles för länge vilket gjorde att det skapades en rastlöshet i väntan på dessert. Något som reflekterades över vid observationerna var hur vissa av personalen pratade om de boende som att de inte skulle vara närvarande. Det uppkom även, från personalen, diskussioner som berörde arbetet under måltiden. Ibland uppfattades det som att det var svårt för de boende att få kontakt med någon i personalen om det var något de behövde hjälp med.

Den första dagen på förändringen uppfattades vårdpersonalen ha en positiv inställning och påpekade den fina dukningen för de ätande. Positiva kommentarer och attityder om den fina

dukningen gavs också från de boende. Det var framförallt en dam, som inte åt själv de gånger vi var där, som reagerade, på vinglasen med den röda saften i, liksom om det varit vin.

Med utgångspunkt från måltidschecklistan (se Bilaga 3) som personalen antas arbeta enligt vid måltidssituationen och med hänvisning till ovanstående observationer kan man dra slutsatsen att checklistan inte följs precis av vårdpersonalen. Detta kan förtydligas genom exempel som att jobprat kunde komma på tal och att stimulans och uppmuntran till goda samtal inte skedde så ofta.

Sammanfattningsvis visar resultatet av denna studie på att man genom förändringar kan påverka den upplevda smaken på maten. Det som uppskattas av de boende är en lugn måltidsmiljö och den traditionella husmanskosten.

6 Diskussion

I diskussionen kommer det att argumenteras kring resultatets olika delar och vidare sammankoppla detta med bakgrunden. Detta görs i en ordning som följer arbetets struktur.

6.1 Metoddiskussion

Angående urval anses valet av våningar som ett bra val, då de boende på dessa våningar inte var dementa. Valet att vara på två våningar skapade en bra grund till studien. Det var två personer som inte kunde medverka i enkätstudien, detta var dock inte något som påverkade studien då personerna i fråga ändå blev observerade. Metoden fungerade bra och enkätfrågorna utformades och anpassades till de äldre. Enkäten bestod av två frågor med förstord text, frågorna var tydliga och enkla att förstå. Valet att sitta med och hjälpa till med enkäterna underlättade för respondenterna när frågorna lästes upp och det uppstod då inte några bortfall, vid insamlingen av enkäterna. Genom att utföra enkäterna på respektive rum, gavs ingen möjlighet för de ätande att påverka varandra med sina svar. Det går självklart inte att påverka samtal och attityder som sker under måltiden, men man bör beakta att detta kan påverka resultatet. Något som kanske inte föll ut som väntat, men som ändå fanns i åtanke, var bortfallet. Bortfall som inte räknats med, men som ibland uppstod efter lunchen, var olika aktiviteter som vissa av de boende skulle iväg på. De bortfall som uppkom var dock inget som påverkade resultatet märkvärdigt, då det ofta var samma personer som var borta. Resultatet skulle kunna bli mer tillförlitligt om det hade medverkat ett större antal människor, men det erhållna resultatet är ändå trovärdigt då det visar ett så pass tydligt resultat.

6.2 Resultatdiskussion

6.2.1 Förändringsstudie

Studien ägde rum på ett äldreboende med god standard och det visade sig att även vid måltiden så var standarden bra, då de hade duk, blommor, ljus och servetter på borden. Detta var vad som hade tänkts ingå i uppdukningen, men då små förändringar kan göra skillnad enligt Hawthornestudien (Eriksson-Zetterquist m.fl. 2006), försökte vi att hålla oss till detta och tänka etiskt och göra det så hållbart som möjligt. Den första förändringen var att byta ut löparen mot en vit avtorkningsbar duk som täckte hela bordet. Dukningen som gjordes var vårinspirerad och det satsades på lila tema. Klarén (1996) skriver att när man betraktar två färger så förstoras de färgskillnader som finns mellan dem. Detta framgick av den vita duken och det lila underlägget som lyfte fram den vita tallriken (se Bilaga 5). Den vita duken valdes även för att göra måltidsmiljön ljusare genom att lysa upp i det gröna rummet. Vid dukningen ställdes gula blommor fram, vilket Ryberg (1999) nämner ska höja vakennivån och mentalt stimulera och genom att sätta i blåbärsris skapar även detta en känsla av vår. I Genombrottsprojektet (2006) nämns att den fysiska miljön ska vara trivsamt och igenkännande för de äldre. Detta fanns i åtanke då virkad spets köptes in och syddes på runt den övre kanten på ljuslyktorna (se Bilaga 5), för att inbringa en gammaldags stil till dukningen.

På första förändringsdagen visade resultatet en stor förändring, då betyget höjdes markant på både smaken och måltidsmiljön. De boende visade en positiv attityd till förändringen första dagen, vilket även personalen gjorde. I och med personalens respons kan även detta vara en faktor som påverkar resultatet positivt. Detta kan vidare kopplas till *mötet* utifrån de fem aspekterna, där Edwards och Gustafsson (2008) nämner att mötet mellan personal och gästen kan bidra till en förhöjd måltidsupplevelse. Fredagen resulterade i att de båda våningarna hamnade på ett likvärdigt medelvärde vad gäller den upplevda smaken på maten. Detta resultat kan bero på att det serverades kalops, vilket är en rätt som är uppskattad och en typisk husmanskost. Efter helgen dalade resultatet lite, en faktor till detta skulle kunna vara att man under helgen har en finare helgdukning och detta skulle kunna leda till att de boende inte längre känner någon skillnad på helg och vardag. En annan anledning kan vara att det serverades frukostkorv på måndagen, som inte var speciellt uppskattat av framförallt en boende, vilket han påpekade under hela måltiden. Med sin negativa attityd kan detta ha påverkat de övriga ätande kring bordet och därför gett ett lägre resultat hos förändringsgruppen. Detta kan vi återigen koppla till aspekten *mötet* där mötet gästerna emellan också har betydelse för helheten av måltidsmiljön (Edwards & Gustafsson, 2008).

Studien visar att måltidsförändringar kan ändra uppfattningen på den upplevda smaken på maten. Dukningen gjordes med inspiration från den estetiska vårdhandlingen som Wikström (2003) behandlar i sin bok det vill säga genom bland annat färska blommor. Wikström (2003) skriver att de estetiska behoven i kombination med de basala behoven kan hjälpa en patient att förbättra dess hälsa genom exempelvis en vacker omgivning. Detta visar även vår studie och ett exempel på det var vid förändringen då en boende talade om att måltidsmiljön var så fin att det speglade sig i maten som även den blev godare. I och med detta åt hon med mer matglädje. Wijk (2004) nämner att jobba med kontraster så som färgade bordstabletter och porslin kan göra att man blir mer självständig och klarar att äta själv. Detta märktes speciellt på en av de boende som inte visade några försök till att äta själv de första dagarna och i samband med förändringen greppade hon glaset och drack själv. Som tidigare nämnt tror vi att det är de små förändringarna som gör den betydande skillnaden på hur man upplever

maten. Eftersom de i vanliga fall har en fungerande dukning så kan det vara så att de boende inte längre lägger märke till hur det ser ut.

Resultatet visar att maten smakar bättre i en uppskattad måltidsmiljö. Detta kan jämföras med Meiselmans studie (2003) som visar att resultatet angående smaken på samma rätt uppfattas godare i en finare restaurangmiljö än på ett sjukhus. Meiselman och Edwards gjorde även en studie där samma rätt serverades i tio olika måltidsmiljöer och högsta betyg delades ut till verksamheter med vita dukar (Meiselman, 2003). Detta skulle även kunna betyda att den vita duk som användes i vår studie kan ha en betydande effekt på resultatet. Enligt Bourdieu (1993) har individer olika smak, inte bara då det gäller mat. Det positiva resultat som framgick av förändringen kanske egentligen inte beror på dukningen, utan att det just är som man i Hawthornestudien (Eriksson-Zetterquist m.fl. 2006) påvisar. Det vill säga att det inte är förändringen i sig, utan att man just gör en förändring som kan ge positiva resultat.

Holm (2003) kom fram i sin studie att vid en självservering förbättrades den sociala miljön och näringsintaget ökade. Detta märktes skillnad på vid lunchserveringen, då de ätande fick ta för sig själva vid bordet. Vid desserten däremot som portionerades ut av personalen, uppfattades ofta som för stora portioner av de boende. Vi tror därför att om de får ta själva så uppskattas detta mer och man äter det man tar till sig. Holm (2003) skriver även att det är viktigt att maten är varm. För att maten skulle hålla sig varm längre värmdes, på avdelningarna, tallrikarna upp innan servering.

6.2.2 Intervjuerna

Genomgående i intervjuerna framgick att de boende inte ville ha en helgdukning det vill säga en finare dukning varje dag. De ville märka skillnad på helg och vardag, då detta underlättar för dem som har dålig dagsuppfattning. Ett typiskt särdrag för de äldre är att de är väldigt tacksamma och inte vill vara till besvär, även detta kan spela in på resultatet. En kommentar som uppkom under intervjun lyder: ”... *det är klart att det är bra när det är bättre, men inte nödvändigt*”. Detta är ett exempel på att en boende gärna vill ha det finare vid måltiden, men inte vill vara till besvär och svarar därför med att det inte är nödvändigt.

Resultatet från intervjun visade att de boende vill ha en lugn måltidsmiljö som skapar ro i matsituationen. Detta påvisar även Backstig (2002) som skriver att det är viktigt att miljön i matsalen är lugn, då måltiden är ett avbrott i de äldres vardag. I intervjun framgick även att personalen ibland skramlade med kantiner under lunchen och att det uppfattades väldigt störande. Då vissa använder hörapparat höjs skrammelnivån från porslin ytterligare (Backstig, 2002). Detta anser vi vara enkelt att åtgärda då disken antingen kan tas om hand direkt vid upplägg eller ännu bättre efter maten, då alla ätit klart. En annan sak som kan spela in på måltidsmiljön är vissa av personalens sätt att agera vid behov av hjälp vad det gäller matning. Det är självklart viktigt att stimulera de boende till att äta själva, men om det är så att de är i behov av hjälp ska detta skötas på ett representativt sätt. Då själva matningen i sig kan uppfattas att man känner sig maktlös, menar vi på att det är viktigt att personalen sitter med och skapar en rofylld stämning och inte går fram och tillbaka vid bordet eller står istället för att sitta ner bredvid den man matar. Detta kommer även Backstig (2002) fram till och nämner ytterligare att det är viktigt att man lyssnar och skapar förståelse för vad de äldre efterfrågar. Om man försöker tillfredsställa de boendes behov så kanske detta eventuellt minskar på de krav de boende ställer. I och med detta skulle påfrestningarna som kan uppkomma, vid mycket klagomål, minska. Ett exempel på detta kan tas från undersökningsperioden där det efterfrågades mineralvatten från den första dagen på studien.

Istället för att ordna att detta beställdes direkt, så blev efterfrågan stor, vilket skulle kunna upplevas som tjat. Mineralvattnet kom inte förrän sista dagen av studien och då hade det även varit helg däremellan. Då det påpekades i en av intervjuerna att det ändå är de boende som betalar så borde de kunna kräva att det ska finnas det de efterfrågar.

Där undersökningen utfördes var maten, enligt de boende, av hög kvalitet. Trots att de boende ansåg att maten som serverades var av god kvalitet framgick det att den mat som uppskattades mest ändå var den traditionella husmanskosten. Likt Sellerbergs studie (1983) var det husmanskost och sill som efterfrågades. Ju enklare desto mer uppskattat. *"Det man vill komma ihåg så där nära glömmar man av, men gammalt sitter kvar"*, med detta kan understrykas vikten i att ha kvar de igenkännande smakerna från husmanskosten. Här är det även viktigt att betona *produktens* betydelse utifrån Gustafsson m.fl. (2006) att det krävs yrkesskicklighet, kunskap och estetisk kunskap för att skapa god mat. Vi anser därför att det är viktigt att recept följs och att exempelvis en köttfärslimpa ska smaka likadant varje gång den serveras. Man ska kunna längta till de smaker man har upplevt.

6.2.3 Observationer

Det som lades märke till under observationerna var hur personalens attityd påverkade rummets atmosfär. Det är därför viktigt, liksom vad som beskrivs i Hawthornestudien (Eriksson-Zetterquist m.fl. 2006), att det poängteras att bättre förhållanden skapar mer energi, effektivitet och mer samarbetsvillighet hos personalen. Om personalen har det bra och känner sig uppskattad kan detta överföras till de boende och skapa en gemytlig stämning. När det talas om mötet i de fem aspekterna så är kontakten mellan kunden och personalen viktig (Gustafsson m.fl. 2006). De har en stor del i om kunden, i detta fall den boende, trivs. Om personalen har fel attityd kan detta förstöra måltiden. Genom att personalen är hjälpsam kan de bidra till en bättre helhetsupplevelse. Det lades märke till hur luncherna fungerade olika beroende på vilka av personalen som arbetade. Vissa var väldigt hjälpsamma och observanta medan andra var högljudda och pratade över de ätande. Detta kom även fram som en negativ sida hos personalen vid intervjuerna. För att reflektera över det resultat som Mattsson Sydner (2002) kommit fram till att de som är sjukast har minst möjlighet att påverka sin måltidsituation, kan detta kopplas till vad som kommenterades på den våning studien utfördes på. Flera dagar påpekades av viss personal att studien utfördes på fel avdelning, då de ansågs mycket piggare och hade fler åsikter på den andra våningen. Man kan ställa sig frågan varför endast de som ha åsikter och är pigga ska få möjligheter till förändring, bara för att man inte klagat eller kommunicerat väl innebär inte det att man ska ha mindre uppmärksamhet eller rätt till en god måltidsmiljö.

Validiteten för denna studie är god då det kan göras en tydlig koppling till tidigare studier och den kan skapa intresse till vidare studier och forskning. Studien kan även ge inspiration för utveckling av måltidsmiljön på äldreboenden.

6.3 Vidare studier

Vidare studier som man skulle kunna göra angående måltidsmiljön är att göra studien med en större population och/eller under en längre tidsperiod. En annan studie som skulle kunna göras är att mäta energiintaget vid olika förändringar och olika långa tidsperioder för att få en

uppfattning om de boende äter mer eller mindre vid olika förändringar och se om det är förändringen i sig som påverkar resultatet.

Måltidsmiljöns påverkan på maten skulle kunna utforskas genom att se till andra aspekter som kan påverka den upplevda smaken på maten. Ett exempel på det skulle kunna vara att spela musik.

Man skulle även kunna se på de faktorer som personalen tycker är viktiga för måltidsmiljön och även forska kring personalens inverkan på måltidssituationen.

7 Slutsats

Med detta resultat skulle man sammanfattningsvis kunna säga att förändringar ger en positiv inverkan på den upplevda smaken på maten och måltidsmiljön. Vad som skulle kunna beaktas vid förändringar av måltidsmiljön är att även om man vill ha en vardagsdukning kan man göra små förändringar då och då för att få en variation vid måltidssituationen. Med små förändringar menas exempelvis att växla färger på servetterna, ljusen och få in färska blommor och varför inte vika servetterna istället för att sätta dem i glaset. Angående vad de äldre tycker är betydelsefullt vid måltidsmiljön är att det ska vara lugnt och skönt. Den sociala gemenskapen efterfrågas och ett trevligt bemötande från personalen uppskattas. I fråga om den mat som uppskattas hos de äldre är det den traditionella husmanskosten och enkel mat som sill och potatis som sticker ut.

Referenser

- Backman, J. (1998). *Rapporter och uppsatser*. Lund: Studentlittertur.
- Backstig, L. (2002). *Är maten lika viktig som medicin?: en kartläggning av mathållning till äldre i särskilda boenden i Jönköpings län*. Jönköping: Luppen kunskapscentrum.
- Bourdieu, P. (1993). *Kultursociologiska texter*. Stockholm: Brutus Östlings Bokförlag Symposium AB.
- Edwards, J.S.A. & Gustafsson I-B. (2008) The Five Aspects Meal Model. *Journal of foodservice*, 19. 4-12.
- Elmståhl, S. (1987). *Hospital nutrition in geriatric Long-stay medicine: Dietary intake, body composition and the effects of experimental studies*. Malmö: Institutionen för hälsovetenskap, Lunds Universitet.
- Eriksson, J. & Martinsson, L. (2008). *Smaker man minns*. Göteborg: Tre stiftelser.
- Eriksson-Zetterquist, U., Kalling, T. & Styhre, A. (2006). *Organisation och organisering*. Malmö: Liber.
- Genombrottsprojektet Mat och hälsa för äldre. (2006). *Lust till mat på äldre da'r*. Hämtad 2009-02-11 från:
<http://www.vardalinstitutet.net/documentarchive/1168/1575/1578/2182/4793.pdf?objectId=8111>.
- Gibbons, M.R.D. & Henry, C.J.K. (2005). Does eating environment have an effect on food intake in the elderly? *The Journal of Nutrition, Health and Aging*, 9. 25-29.
- Gustafsson, I-B., Öström, Å., Johansson, J. & Mossberg, L. (2006). The five Aspects Meal Model: a tool for developing meal services in restaurants. *Journal of Foodservice*, 17. 84-93.
- Hansagi, H. & Allebeck, P. (1994). *Enkät och intervju inom hälso- och sjukvård: handbok för forskning och utvecklingsarbete*. Lund: Studentlitteratur.
- Hedberg, L. (2004). Så skapades den högre restaurangutbildningen i Grythyttan. Ingår i I-B. Gustafsson & U-B. Strömberg (Red.), *Tid för måltidskunskap: en vänbok till Birgitta Ulmander*. (ss. 17-24). Örebro: Örebro Universitet.
- Holm, L. (2003). Måltider på hospitalet. Ingår i L. Holm (Red.), *Mad, mennesker og måltider: samfundsvidenskabelige perspektiver*. (ss. 263-278). Munksgaard Danmark, Köpenhamn.
- Josephson, R. (1997) *Den svenska smaken: konstkritik och konstteori från barock till romantik*. Lund: Studentlitteratur.
- Klarén, U. (1996). *Vad färg är*. Stockholm: HLS Förlag.
- Kvale, S. (1997). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Lund: Studentlitteratur.

- Lindberg, B. (2007). *Sinnen, signaler och tolkningar av verkligheten*. Göteborg: Kungliga Vetenskaps- och vitterhets-samhället i Göteborg.
- Livsmedelsverket. (1998). *Mat och kostbehandling för äldre: problem och möjligheter*. Uppsala: Statens livsmedelsverk.
- Livsmedelsverket. (2003). *Mat och näring: för sjuka inom vård och omsorg*. Uppsala: Statens livsmedelsverk.
- Lumbers, M. & Raats, M. (2006). Food Choices in Later Life. Ingår i R. Shepherd & M. Raats (Red.), *The Psychology of Food Choice*. (ss. 289-310). Wallingford: CABI.
- Mattsson Sydner, Y. (2002). *Den maktlösa måltiden: om mat inom äldreomsorgen*. Uppsala: Institutionen för hushållsvetenskap, Uppsala Universitet.
- Meiselman, H.L. (2003). A three-factor approach to understanding food quality: the product, the person and the environment. *Food Service Technology*, 3, 99-105.
- Mossberg, L. (2004). *Att skapa upplevelser: från OK till WOW!* Lund: Studentlitteratur.
- Patel, R. & Davidsson, B. (2003). *Forskningsmetodikens grunder: att planera, genomföra och rapportera en undersökning*. Lund: Studentlitteratur.
- Paulsson, G. (1919). *Vackrare vardagsvara*. Stockholm: Svensk slöjdförening.
- Ryberg K. (1999). *Färger i vardagsliv och terapi: En bok om färgernas stimulerande effekt*. Västerås: ICA Förlaget AB.
- Sellerberg, A-M. (1986). *Långvården idag: en sociologisk klassiker*. Stockholm: Tvärsnitt, Vetenskapsrådet. 1:86.
- Sellerberg, A-M. (1983). *Mat på långvården: en intervjuundersökning på två sjukhus*. Lund: Sociologiska institutionen, Lunds Universitet.
- Sjukvårdsrådgivningen (2005). *Sinnen/syn*. Hämtad: 2009-02-11, från: <http://www.sjukvardsradgivningen.se/artikel.asp?CategoryID=17655>.
- Sjögren-de Beauchaine, A. (1988). *The Bourgeoisie in the dining-room: Meal Ritual and Cultural Process in Parisian Families of Today*. Stockholm: Institutionen för folklivsforskning, Stockholms Universitet.
- Socialstyrelsen, (2000). *Näringsproblem i vård & omsorg: prevention och behandling*. Stockholm: Socialstyrelsen.
- Statistiska centralbyrån. (2008). *Livslängden i Sverige 2001-2005*. Hämtad: 2009-04-28 från: http://www.scb.se/Pages/PublishingCalendarViewInfo_259923.aspx?PublObjId=1802.
- Trost, J. (2001). *Enkätboken*. Lund: Studentlitteratur.

Vetenskapsrådet (2009). *Etik för forskare*. Hämtad: 2009-02-01 från:
<http://www.vr.se/huvudmeny/etikforforskare.4.3840dc7d108b8d5ad5280004294.html>.

Wijk, H. (2004). *Goda miljöer och aktiviteter för äldre*. Lund: Studentlitteratur.

Wikström, B-M. (2003). *Estetik och omvårdnad*. Lund: Studentlitteratur.

Örnberg, A. & Örnberg, M. (1999). *Vackrare vardag*. Sundbyberg: Semic.

Enkät

Hur smakade maten idag?

- Mycket god
- Ganska god
- Varken god eller dålig
- Ganska dålig
- Mycket dålig

Hur upplevde du måltidsmiljön idag?

- Mycket bra
- Ganska bra
- Varken bra eller dålig
- Ganska dålig
- Mycket dålig

Intervjufrågor

1. Hur tycker du maten är här på X?
 - Finns det något man skulle kunna göra bättre?
2. Hur skulle du beskriva en trevlig måltidsstund?
 - Vad tänker du på då?
3. Hur viktig är måltidsmiljön för dig?
 - Kan du utveckla ditt svar.
4. I nuläget, är det något du saknar vid måltiden?
5. Dukningen på helgen skiljer sig något från vardagsdukningen, är det något du reflekterar över?
 - Hur tänker du då?
6. Har du något speciellt matminne du vill berätta för oss?
7. Är det något annat du vill tillägga eller berätta om angående maten och måltidsmiljön?

Måltidschecklista från boken *Smaker man minns*

- Dagens mat är presenterad på t.ex. en griffeltavla.
- Tallrikar och eventuella karotter är förvärmade i ugn (60-70°/30 min).

- Bordet är dukat tidigast 30 minuter innan måltid.
- Allt som står på bordet tillhör kommande måltid.
- Duk eller bordstablett samt servetter.
- Låg fräsch bordsdekoration efter årstid.
- Salt och pepparkar.
- Glas och bestick (kollat att allt är helt och rent).

- De som arbetar med maten har rent förkläde, rena händer och ev. uppsatt hår.
- Måltidsdryck.
- Kantiner och värmevagnar är undanstoppade.
- TV:n är avstängd.
- Eventuell musik är instrumental, lugn och harmonisk på låg volym.
- Inget arbetsprat, buller eller oljud hörs, disk väntar tills efter måltiden avslutats.
- En person organiserar maten.

- Övrig personal hjälper de boende vid bordet.
- Måltiden presenteras muntligen.
- Boende tillfrågas om önskemål, t.ex. vad de vill ha att dricka.
- Personalen stimulerar och uppmuntrar att goda samtal förs vid bordet.
- Mattallrikar och karotter dukas av efter det att alla ätit färdigt (om möjligt).
- Dessert dukas fram efter att föregående rätt är avdukad.

- Kaffet serveras i separat kaffehörna.
- De boende stimuleras att ta själva (om de vill).
- Bordet är avdukad så att det kan användas till annan aktivitet.
- Kantiner diskade.

Referensvåning



Våning före förändring



Våning efter förändring



