

Att jobba evidens- och personcentrerat med kost

Leg. Dietist Erik Jönsson

Klinisk verksam på Vårdcentralerna Dalby, Getingen och södra Sandby

Dietistverksamheten
Primärvården Skåne

Vad har vi att förhålla oss till

- SBU rapporten – Mat vid diabetes
- Kost vid diabetes hos vuxna nationellt kunskapsstöd för hälso- och sjukvården

Vem är våra patienter?

- Heterogen grupp
- Ålder
- Etnicitet
- Hälsolitteracitet
- Livssituation
 - Jobb
 - Familj

Vilka aspekter påverkar våra livsmedelsval?

- Kultur
- Ekonomi
- Etik
- Religion
- Miljöaspekter
- Livssituation t.ex. jobb
- Andra sjukdomstillstånd
- Tidigare erfarenheter

Att kunna sin sjukdom

- Varje dag tar patienter flera beslut kring mat
- Att veta vad som är bra eller inte är inte samma som att förstå sin sjukdom
- ”Jag har blivit tillsagd att jag inte ska äta vitt bröd så jag köpte lingongrova”

Vilka anpassningar behöver patienten?

- Varje individs situation bedöms separat
- Vilka möjligheter har patienten till förändring
 - ”Vad kan du förändra?”
 - ”Vad tänker du efter det jag berättat?”
- Vad är viktigt för patienten
 - Utifrån sin sjukdom
 - Egna önskemål
- Små förändringar räcker ofta långt

Ekonomi

- Utbrett problem
 - ”Allt som är nyttigt är så dyrt”
 - ”Om jag bara hade råd hade jag ätit nyttigt”
 - Finns en smärtgräns
- Behöver ofta praktiska råd och mycket stöd
 - Vad för grönsaker är billigt
 - Vad för protein är billigt
 - Gå i butik med patienten?

Miljö

- ”Medelhavskost i norden”
- Baljväxter
- Fiberrika grönsaker
- Nötter & fröer
- Olja
- Fisk

Andra sjukdomstillstånd

- Kräver ofta specialiserad kunskap
- Kost och mediciner
- Samordning
- Patientens resurser

- Att inte vara säker

Etik, kultur, livssituation mm

- Visa respekt & förståelse!
- Förutsätt inte
- Vad är patienten beredd på att förändra?

Frågor & diskussion

Leg. Dietist Erik Jönsson

Dietistverksamheten Region Södra

Klinisk verksam på Vårdcentralerna Dalby, Getingen och Södra Sandby

