



Farget kant gir større matlyst

– Opptil 60 prosent av pasientene ved norske sykehjem er feil- eller underernærte. Vi ville undersøke om tallerkendesignet påvirker matlysten hos folk med demens, sier førsteamanuensis Kai Victor Hansen ved Norsk Hotellhøgskole, Universitetet i Stavanger.

En litteraturstudie gjennomført i forkant viste at to fargekombinasjoner gikk igjen i de 30 artiklene man fant om temaet; Gult/rødt og grønt/blått.

– Med utgangspunkt i disse fargene viste også vårt forsøk at tallerkenene med hvit bunn, gul stripe og røde kanter vekket deltakernes appetitt. 63,4 prosent av beboerne spiste opp all mat som ble servert på slike tallerkener,

Forsøk har vist at sykehjemsbeboere med demens spiser mere dersom de får middagen servert på tallerkener med gule og godt kontrasterte kanter.

mens bare 36 prosent spiste opp maten sin fra helhvite tallerkener. Blå og grønne tallerkener var nest best.

Hansen understreker at det er snakk om et lite forsøk med bare 12 beboere. Forskningen ble gjennomført i samarbeid med Måltidets hus, Norsk hotellhøgskole ved Universitetet i Stavanger, kompetansesenteret Sesam ved Stavanger universitetssjukehus og tallerkenprodusenten Figgjo AS, med støtte fra VRI Rogaland (VRI = Virkemidler for regional innovasjon) en ordning via fylkeskommunen.

– Det er nå opp til Figgjo om de ønsker å gå videre med forskning og produktutvikling, sier Hansen. ■

Måltidets muligheter – oppskrift på omlegging

En hyllest til de ansatte på sykehjem, og et bevis på at mat kan gjøre en forskjell. Det er målet med filmen «Måltidets muligheter», som hadde premiere før jul.

Med god, hjemmelaget mat kan man forebygge sykdom, feil- og underernæring. Kosthold og servering kan også bidra til økt trivsel hos eldre institusjonsbeboere. Gjennom prosjektet Måltidets muligheter viser man hvordan viktige måltidsrutiner kan endres med enkle grep. Beboerne får blant annet servert supper og smoothier som mellommåltider istedenfor bare brødskeer. Den kanskje viktigste erfaringen var at det å lage mat fra bunnen av viste seg å komme bedre ut kostnadmessig.

– Måltidene, det er liksom hele dagen, det, konkluderer en av sykehjemsbeboerne.

Filmen ble laget av Cynergi Film & TV i samarbeid med Nasjonalforeningen for folkehelsen, med støtte fra Extra-Stiftelsen. Ved å søke opp Måltidets muligheter på Vimeo kan man også følge sykehjemmets omleggingsprosess. ■

