

Mat för seniorer, matlådor och digitala inköp

Jenny Widén. Leg dietist

Jessica Alkebring Halil, Processledare IBIC, digitalisering

18 mars 2025



Olika scenarier



Forskning och evidens

- NNR 2023
- Livsmedelsverket
- WHO
- Folkhälsomyndigheten
- Socialstyrelsen

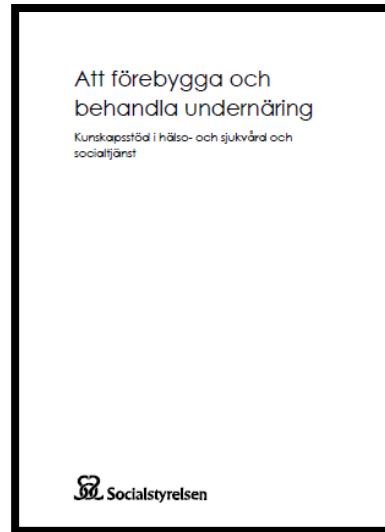


Bild: Socialstyrelsen



Bild: SLV



Bilder: NNR 2023



Vad ska man äta?



<https://fbhi.se/sv/finger-studien/>



Sarkopeni – minskad muskelmassa, styrka och funktion

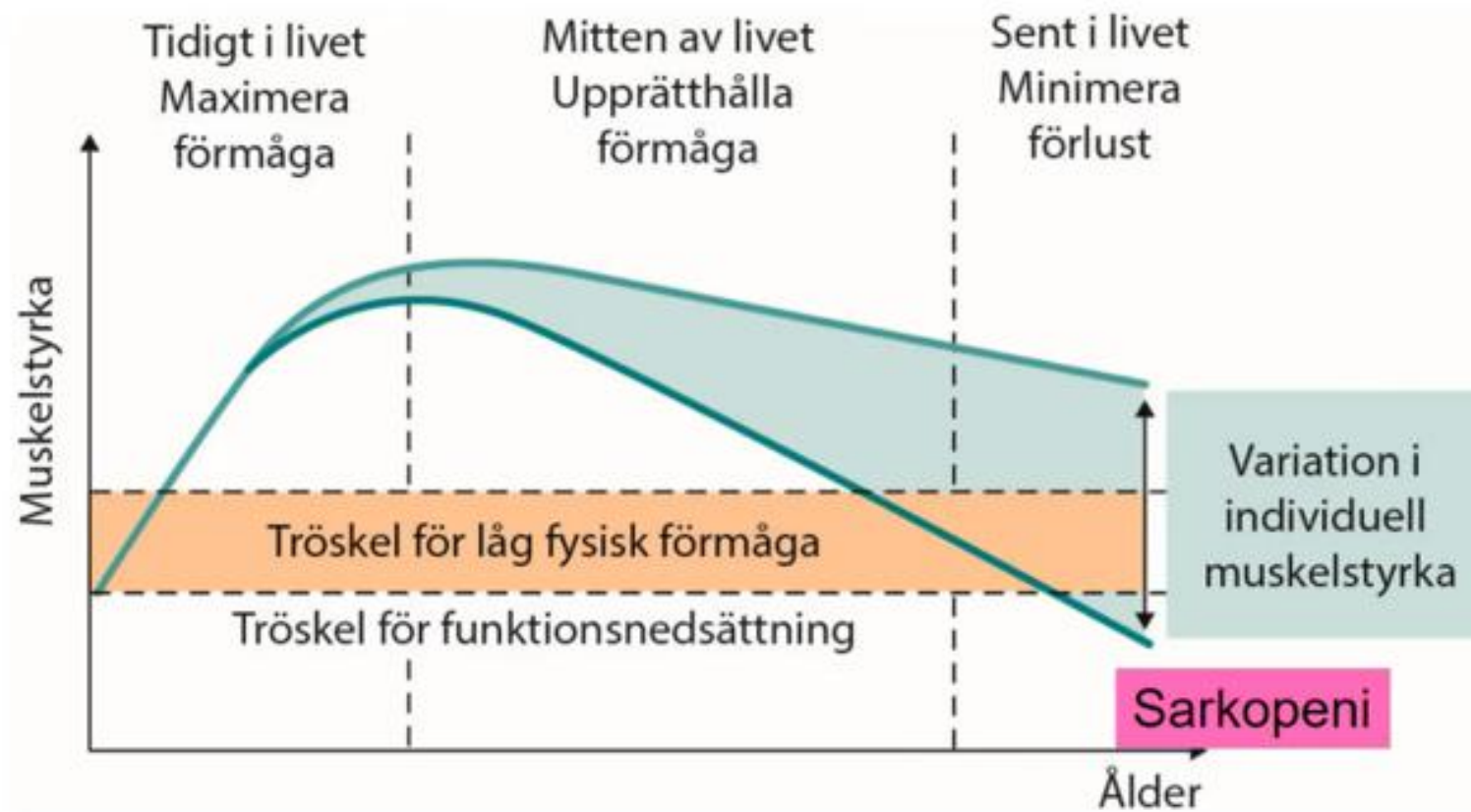


Bild: E. Rothenberg



Undernäring

1. I Sverige finns cirka 253 000 pensionärer med hemtjänst, korttidsboende eller särskilt boende. Av dessa är i genomsnitt 16 % undernärda, och 46 % är i riskzonen för att bli det om åtgärder inte sätts in.
2. 30 procent av personer över 80 år i ordinärt boende beräknas lida av undernäring.
3. Vårdkostnader för gamla undernärda människor i Sverige beräknas till 9 miljarder kr/år
4. Patienter med risk för undernäring beräknas ha ca 30 % längre vårdtid. Detta skulle motsvara 12 % av alla vårddygn i Sverige under 1 år.



Riskfaktorer för undernäring

- Sjukdom
 - Ålder
 - Ofrivillig viktnedgång (även överviktigt kan vara undernärda)
 - Ätsvårigheter
-



Bild Privat



Risikfaktorer för undernäring

- Sjukdom
 - Ålder
 - Ofrivillig viktnedgång (även överviktigt kan vara undernärda)
 - Ätsvårigheter
-
- Annan miljö
 - Ensamhet
 - Att inte kunna välja mat/laga mat



Undernäring leder till...

- Nedsatt funktionsförmåga
- Ökad risk för fall och höftfrakturer
- Ökad risk för trycksår
- Försämrade sårhelingsprocesser
- Ökad risk för infektioner (t.ex. urinvägsinfektion)
- Ökad risk för depressioner
- Sänkt livskvalitet
- Ökad risk för död



Biståndsbedömda insatser

- Matdistribution
- Måltidshjälp
- Assisterad måltid
- Digitala inköp



Tillagning och leverans av kylda matlådor

Haninge kommun har en ny leverantör för tillagning och leverans av kylda matlådor från och med 1 april.

Leverantören heter **Mersmak** som är en del av Nordrest.

I Haninge är det ca 190 brukare som har biståndsbeslut avseende matdistribution.



Matlådor – krav

- Goda, lustfyllda, locka aptit
- Variation, husmanskostkaraktär
- NNR 2023
- 430-540 kcal
- 15 – 20 E % protein, 25 – 40 E % fett och 45-60 E% kolhydrater
- Specialkost, konsistensanpassad kost



Matdistribution

Det finns två kategorier av kunder som har biståndsbeslut avseende matdistribution (matlåda) i Haninge kommun.

Kategori 1: är kunder som själva hanterar beställning av matlåda och där leverans sker direkt till kunden. Kategori 1 omfattar ca 90 personer

Kategori 2: är kunder med kognitiv svikt där hemtjänsten hjälper till att fylla i och lämna in beställningen, deras matlådor levereras i vissa fall till hemtjänstens lokal som sedan hemtjänstpersonalen levererar till brukaren. Ca 100 personer omfattas av kategori 2



Kategori 2

Personer under kategori 2 har i samband med matdistribution även beslut om måltidshjälp. Det kan innebära att:

- Hemtjänsten är behjälplig med att beställa maten i dialog med kunden.
- Hemtjänsten tar emot och levererar matlådan till kunden
- Hemtjänsten värmer och serverar matlådan samt kompletterar med annat runt måltiden.



Digitalt inköp

Uppdatering nuläge

20250318



Nuläge digitalt inköp samtliga Lov-utförare

- 332 kunder har hjälp med inköp (avser både de som har digitalt och i fysisk butik).
- 51 kunder samtliga utförare har i dag digitalt inköp
- Lättare att motivera nya kunder till insatsen
- Några kunder har valt att själva ombesörja sina inköp
- Personer som saknar alla förutsättningar för digitala inköp blir beviljade stöd av hemtjänst med inköp i butik.



Successivt införande

- **Nya beslut**
 - kunder som söker insatsen första gången.
- **Nyprövningar**
 - beslut som följs upp
- **Haninge Södra-upphandlad leverantör mathem.se**
 - Av de kunder som haft mathem.se är det ca 13 kunder som valt andra leverantörer (av totalt 23 kunder).
 - De kunder som saknar smarta enheter och Bank-ID får i en övergångsperiod fortsätta använda mathem.se
 - Där det saknas leverantörer för privatkunder, exempelvis på öarna, Muskö, Ornö och Utö får i en övergångsperiod fortsätta använda mathem.se



Positiva effekter, kommentarer från utförare

- Enkelhet och bekvämlighet för kunden att genomföra inköp
- Ökad delaktighet och trygghet
- Möjlighet till bättre kontroll över köphistorik och budget
- Minskad administration och ökad effektivitet för stödpersonal
- Kund kan välja vilken butik man vill handla ifrån



Utmaningar i införandet av digitalt inköp

Digital mognad hos kunderna

- Avsaknad av smarta enheter
- Avsaknad av Bank-ID eller bankdosa, nationellt är det ca 17% av personer över 75 år som har Bank-ID

Kommunikation

- Till kunder som sedan tidigare har inköp i butik om övergång till digitalt först.

Tillgängliga leverantörer

- Där det saknas leverantörer för privatkunder, exempelvis på öarna, Muskö, Ornö och Utö.



Pågående arbete

- Övergripande information finns på Haninges hemsida att riktningen är digitalt först, där inköp är en del.

[Beställ dina matvaror online - Haninge kommun](#)

- Kommunikation myndighet – brukare – utförare
 - Biståndshandläggare i första mötet med brukareninformation till brukarna om förutsättningar för digitala inköp och hur det går till.
- Digitalt stöd för brukare
 - Digital fixare i brukarens hem
 - Utbildning på träffpunkter möjlighet att tillsammans med personal få lära sig hur man använder smarta enheter



Tack!

Jessica Alkebring Halil, Jenny Widén

Social- och äldreförvaltningen område äldreomsorg

