

Genom att få svar på frågorna i listan kan du ta reda på om din närstående riskerar att bli undernärld och om hon/han kan ha behov av att matens konsistens eller näringssammansättning anpassas. Du får också en bild av hur långt fram din kommun ligger i arbetet med att bekämpa och förebygga undernäring hos äldre.

Hur står det till med din/dina närstående?

JA **NEJ**

Tar det lång tid att äta upp maten?

Äts allt som serverats upp?

Tuggas maten utan svårigheter?

Sväljs maten utan svårigheter?

Har hon/han ett BMI som är 22 eller däröver?

Om din närstående bor på särskilt boende: hur arbetar man på boendet?

JA **NEJ**

Kontrollerar de regelbundet att alla får i sig tillräckligt med näring?

Finns det specialistkompetens inom nutrition på boendet?

Erbjuds anpassad kost med rätt näringsinnehåll och konsistens, till de som har behov av detta?

Hur arbetar din kommun med mat och nutrition till de äldre?

JA **NEJ**

Har kommunen ett kostpolitiskt program?

Har kommunen en nutritionspolicy som de arbetar efter?

Finns det riktlinjer för rutiner att identifiera äldre som är undernärda?

Finns det riktlinjer för rutiner att identifiera äldre med ätsvårigheter?

Hur ser din checklista ut? Varje NEJ ger en signal om att det finns en ökad risk för undernäring - både för den/de gamla som du bryr dig extra mycket om och för alla äldre i din kommun. Men problemet står inte utan lösning, på www.bmibarometern.se kan du vara med och förändra situationen och läsa mer om vad experter på området säger.