

Promotieonderzoek toont aan

Ambiance in verpleeghuizen doet eten

Als bewoners van verpleeghuizen gezellig samen aan tafel de maaltijd gebruiken, voelen ze zich aantoonbaar gezonder. Bovendien blijft hun lichaamsgewicht beter op peil en verslechtert hun mogelijkheid om nog redelijk te bewegen minder snel. Zo blijkt uit het promotieonderzoek van Kristel Nijs, waarop zij 21 juni aan de Wageningen Universiteit promoveerde en waarin zij de maaltijdverstrekking in verpleeghuizen onder de loep nam.

RENATE WINKELS

OUDEREN DIE in een verpleeghuis terechtkomen, hebben het niet gemakkelijk; naast de problemen die de reden waren voor opname in het verpleeghuis verliezen zij een deel van hun zelfstandigheid en privacy. Daarnaast is er in verpleeghuizen niet altijd tijd om in een gezellige en rustige omgeving te eten. Al deze factoren samen zorgen ervoor dat de kwaliteit van leven en de voedingstoestand van ouderen in verpleeghuizen sterk achteruit kan gaan. Hoe kan het eten in een verpleeghuis gezelliger worden gemaakt en welk effect heeft dit op de bewoners? Is aanpassing van de maaltijdverstrekking praktisch uitvoerbaar in verpleeghuizen?

Maaltijdverstrekking ‘Geschat wordt dat zo’n 20 tot 60 procent van de ouderen in verpleeghuizen ondervoed is’, aldus Kristel Nijs, ‘bovendien is in de dagelijkse gang van zaken in een verpleeghuis niet altijd tijd om veel aandacht te besteden aan de maaltijdverstrekking. Ik heb gekeken of de manier van maaltijdverstrekking en de sfeer rond de maaltijd in verpleeghuizen verbeterd kon worden. Vervolgens heb ik gekeken of dit de voedingstoestand en de kwaliteit



Bewoners moeten zelf kunnen kiezen.

van leven van verpleeghuisbewoners verbeterde. Voorwaarde voor deze veranderingen was dat ze in te passen zijn in de dagelijkse gang van zaken in een verpleeghuis.’

Ambianceproject In veel verpleeghuizen moeten bewoners twee weken van te voren al aangeven wat ze op een bepaalde dag willen eten.

Maaltijden worden vaak geserveerd in een zogeheten drievakbord. Bewoners krijgen hun medicijnen tijdens het eten en regelmatig komt de dokter rond etenstijd langs om de bewoners te bezoeken. Kortom, niet echt een rustige en gezellige omgeving om te eten.

Om te kijken hoe het anders kon, ging Nijs op bezoek bij verpleeghui-

zen die al bezig waren met maaltijdprojecten (1). Aan de hand hiervan stelde zij het zogeheten Ambianceproject op: een pakket aan maatregelen die de sfeer rondom de maaltijdverstrekking zouden kunnen verbeteren: tafels moeten gezellig worden gedekt, bewoners moeten zelf kunnen kiezen wat en hoeveel ze opscheppen, verder moet er de tijd worden genomen voor de maaltijd: deze mag niet worden verstoord door doktersbezoek, medicijnverstrekking of personeelwisselingen (zie kader).

Het Ambianceproject werd ingevoerd in vijf verpleeghuizen. Per verpleeghuis deden twee afdelingen mee: één afdeling ging 'gezellig' eten, terwijl op de andere afdeling de maaltijdver-

in het gezaghebbende tijdschrift British Medical Journal (2). De aanpassingen in maaltijdverstrekking bleken een verdere achteruitgang in de kwaliteit van leven te voorkomen in de interventiegroep, terwijl op de controleafdelingen de kwaliteit was verslechterd. De nieuwe manier van leven resulteerde in een hogere energie-inname in de interventiegroep van gemiddeld 481 kJ per dag, terwijl de controlegroep gemiddeld juist 420 kJ minder tot zich nam dan aan het begin. Deze stijging in energie-inname bleek een effect te hebben gehad op het lichaamsgewicht: in de interventiegroep was het lichaamsgewicht na de interventie 0,5 kg hoger dan vooraf. Deze stijging was niet statistisch significant, maar verschilde wel significant van de controlegroep: in die groep was het lichaamsgewicht gemiddeld 1,1 kg minder geworden. Verder was ook de achteruitgang in lichamelijke functioneren groter in de controlegroep dan in de interventiegroep. En was het niveau van de fysieke prestaties in de interventiegroep 13 procent hoger dan bij de controlegroep.

Mooie resultaten Mooie resultaten, maar wellicht ook niet helemaal onverwacht: is het niet heel logisch dat een verbeterde sfeer rondom de maaltijd effect heeft op de kwaliteit van leven van de verpleeghuisbewoners? Nijs beaamt dat de resultaten uit haar onderzoek niet volledig onverwacht zijn: 'Met dit onderzoek hebben we zwart-op-wit gezet dat de hele ambiance rondom de maaltijd grote effecten heeft op de levenskwaliteit van ouderen. In vijf verschillende verpleeghuizen, verspreid over Nederland hebben we ambiance ingevoerd en overall is het een succes geworden. Daarmee hebben we in de praktijk aangetoond dat het project werkt. Hiermee bieden we een houvast en een richtlijn voor andere verpleeghuizen die ook iets willen verbeteren aan de maaltijdverstrekking.'



Doorgegaan Dat het onderzoek niet alleen wetenschappelijk een succes was, blijkt wel uit het feit dat alle verpleeghuizen die mee hebben gedaan aan het onderzoek na afloop door zijn gegaan met de nieuwe manier van maaltijdverstrekking. 'De bewoners van onze afdeling waren vrijwel zonder uitzondering enthousiast over de nieuwe manier van eten en drinken en wilden zeker niet terug naar de "oude" manier', aldus mevrouw Van Mastrigt, afdelingshoofd van verpleeghuis Bloemendaal in Gouda, één van de verpleeghuizen die meedeed aan het onderzoek. Van medewerkers van andere verpleeghuizen hoort Van Mastrigt nog vaak weerstand tegen het invoeren van deze nieuwe aanpak 'zo'n aanpak

20-60% ouderen in verpleeghuizen ondervoed

strekking hetzelfde bleef als altijd. Vóór de invoering en zes maanden na de invoering van het project vulden de bewoners van beide verpleeghuisafdelingen vragenlijsten in over verschillende aspecten van de kwaliteit van leven. Ook werden het lichaamsgewicht en het lichamelijke functioneren van de bewoners gemeten.

De resultaten van het Ambianceproject zijn 5 mei 2006 gepubliceerd

Aanpassingen in de maaltijdverstrekking

Tafelaankleding	Tafelkleed, drinkglazen, porseleinen borden, bestek, servetten, bloemetje op tafel.
Eten	Dekschalen, twee soorten groente en vlees. Geen kant-en-klare boterhammen tijdens de lunch.
Personeel	Zit aan tafel bij de bewoners. Medicijnen worden verstrekt voor de maaltijd. Geen wisseling van personeel tijdens de maaltijd.
Bewoners	Bewoners kiezen met wie zij aan tafel willen en wanneer het eten wordt geserveerd. Bewoners kunnen zelf opscheppen. Moment van stilte voor de maaltijd.
Overig	Geen andere activiteiten tijdens de maaltijd, zoals schoonmaken, doktersbezoek.



werkt toch alleen als er een hele groep vrijwilligers is' of 'die nieuwe aanpak kost toch veel meer tijd'. 'Natuurlijk heb ik roosterwijzigingen moeten doorvoeren toen we begonnen met Ambiance, zodat het personeel aan tafel kon gaan zitten bij de bewoners, maar nu alles loopt, kost het zeker niet meer tijd. Ook bij ons was een deel van het personeel in het begin sceptisch over de nieuwe aanpak. Maar de positieve reacties van de bewoners deden die kritiek snel verstommen. Door de rust en gezelligheid rondom de maaltijd is de sfeer veel beter geworden en dit slaat natuurlijk ook over op het personeel: op deze manier is het voor het personeel ook veel leuker om te werken.' Een ander punt van kritiek dat Van

Mastricht wel eens hoort, is dat op deze manier vast veel meer eten moet worden weggegooid. 'Juist niet', betoogt Van Mastrigt, 'doordat mensen zelf hun bord mogen opscheppen, eten ze hun bord ook leeg en scheppen ze soms zelfs bij. Terwijl het vroeger regelmatig voorkwam dat mensen toch niet zo'n trek hadden in het menu dat ze twee weken eerder hadden gekozen en alleen hun toetje opaten.'

Richtlijn Het is niet te zeggen welke onderdelen uit het Ambianceproject de belangrijkste waren. Nieuwe verpleeghuizen die ook volgens Ambiance willen gaan werken, moeten het project dan ook vooral zien als een richtlijn voor verbetering

van de maaltijdvoorziening. Nijs: 'Het gaat er niet om dat mensen in een verpleeghuis per se van een tafel met een tafelkleed moeten eten. Als een verpleeghuis denkt dat vrolijke place-mats op de tafel werkbaarder zijn, moet dat ook kunnen. Het gaat er vooral om dat verpleeghuizen bewust de hele sfeer rondom het eten verbeteren: niet strikt volgens regeltjes, maar volgens een aanpak waarbij er rust en gezelligheid is tijdens de maaltijd. Het Ambianceproject kan hiervoor als richtlijn dienen.'

De maaltijd mag niet worden verstoord door doktersbezoek of medicijnverstrekking.

Verbetertraject Het afronden van het promotie-onderzoek van Nijs betekent niet het einde van het Ambianceproject. De resultaten van

Nu zwart-op-wit dat ambiance rondom de maaltijd grote effecten heeft op de levenskwaliteit van ouderen

het project vinden hun weg naar de praktijk: het Ambianceproject maakt momenteel deel uit van het verbetertraject 'Eten en drinken', een initiatief van het ministerie van VWS. Veel verpleeghuizen zijn momenteel bezig met het invoeren van verbeteringen in de ambiance van de maaltijdvoorziening. Via dit traject krijgen zij ondersteuning in het opzetten van een verbeterplan dat is afgestemd op de wensen van verbetering in hun eigen instelling.

Literatuur

1. Nijs K, de Graaf K, Vanneste V, van Staveren W. Gezelligheid doet eten?! Ambiance tijdens de maaltijden van ouderen in instellingen. *Voeding Nu* 2004;4:23-25.
2. Nijs KAND, de Graaf C, Kok FJ, van Staveren WA. Effect of family style mealtimes on quality of life, physical performance and body weight of nursing home residents: cluster randomised controlled trial. *British Medical Journal* 2006;332:1165-66.