

Bilaga 1-Blankett av egenkontroll av dygns - och nattfastemätning av mat och vätskeintag

Datum		Vård- och omsorgsboende:								Skriv namnen på de boende eller rumsnumret. Siffrorna 17-16 avser dygnstimmarna. Dygnsmätning börjar kl 17 dag 1 och avslutas kl 16 dag 2. Sätt ett kryss under det angivna klockslaget som måltid serveras. Om personen har tackat nej, skriv ett N!																
		Enhet:																								
	Namn/rum	kl 17	kl 18	kl 19	kl 20	kl 21	kl 22	kl 23	kl 24	kl 01	kl 02	kl 03	kl 04	kl 05	kl 06	kl 07	kl 08	kl 09	kl 10	kl 11	kl 12	kl 13	kl 14	kl 15	kl 16	Nattfasta timmar
1																										
2																										
3																										
4																										
5																										
6																										
7																										
8																										
9																										
10																										
11																										

Datum		Vård och omsorgsboende:								Skriv namnen på de boende eller rumsnumret. Siffrorna 17-16 avser dygnstimmarna. Dygnsmätning börjar kl 17 dag 1 och avslutas kl 16 dag 2. Sätt ett kryss under det angivna klockslaget som måltid serveras. Om personen har tackat nej, skriv ett N!																			
		Avdelning:																											
	Namn/rum	kl 17	kl 18	kl 19	kl 20	kl 21	kl 22	kl 23	kl 24	kl 01	kl 02	kl 03	kl 04	kl 05	kl 06	Kl 07	Kl 08	Kl 09	Kl 10	Kl 11	Kl 12	Kl 13	Kl 14	Kl 15	Kl 16	Nattfasta timmar			
12																													
13																													
14																													
15																													
16																													
17																													
18																													
19																													
20																													

För att bryta nattfastan bör det som de äldre äter eller dricker ska innehålla minst 100 kcal. Bra alternativ för att bryta nattfastan är 2 msk energihutt eller 2 dl av följande alternativ; mjölk, smoothies, nyponsoppa, saftsoppa, yoghurt, en smörgås eller en banan. Vatten räknas inte!