

Blankett av egenkontroll av nattfasts- och dygnsmätning av mat och vätskeintag

2025

[illegible]

Mätning av nattfasta för äldreboende

Avdelning

Datum

Datum		Äldreboende:								Skriv namnen på de boende. Siffrorna 17-16 avser dygnstimmarna. Nattfastemätning börjar kl 17 dag 1 och avslutas kl 16 på dag 2. Om personen tackar ja, sätt ett kryss under det angivna klockslaget som måltid serveras. t.ex. 8:40. 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 dl av följande alternativ; mjölk, smoothies, nyponsoppa, saftsoppa, yoghurt, en smörgås eller en banan. Vatten räknas ej!