

# Mad- og måltidspolitik for Region Hovedstadens hospitaler

Ref.: tpal

Dato: 28. august 2025

Mad er en grundlæggende forudsætning for alle menneskers sundhed, trivsel og livskvalitet. Men særligt når kroppen er belastet af sygdom eller skader, er det vigtigt, at ens ernæringsbehov imødekommes, da utilstrækkelig og forkert ernæring kan forlænge helingsprocessen og øge risikoen for komplikationer.

Madens betydning for indlagte patienter kan derfor ikke undervurderes, og ernæring skal ikke blot ses som næring, men som en essentiel del af behandlingen. Det er en grundlæggende faktor for, at den enkelte patient kan komme sig bedst muligt efter sin sygdom. Ved at forebygge komplikationer reducerer vi samtidig dødeligheden og forkorter indlæggelsestiden, og den rette ernæring vil således ikke kun have positive konsekvenser for den enkelte patient, men også for sundhedsvæsenets samlede ressourcer.

Vi ønsker, at alle indlagte patienter får adgang til mad, der ikke blot gør dem mætte, men som også er tilpasset deres individuelle behov – både ernæringsmæssigt og smagsmæssigt. Der skal være valgmuligheder og patienterne skal opleve, at maden er indbydende og appetitlig. Det handler om respekt for den enkelte patient og om at sikre den bedst mulige behandling og livskvalitet under indlæggelsen.

I både regionens ernæringskomité og ude på de enkelte hospitaler arbejder vores kompetente personale i dag med at udvikle og forbedre den mad, som vi tilbyder vores patienter. Vi ønsker at understøtte denne udvikling og sikre, at maden også fremover er en fast og integreret del af behandlingsforløbet på hospitalerne.

Med denne mad- og måltidspolitik sætter vi derfor en klar retning for, hvordan mad- og måltidsindsatsen på regionens hospitaler og øvrige borgerrettede virksomheder skal praktiseres i det daglige.

Politikken skal medvirke til, at køkkenpersonale og medarbejdere med terapi/behandlings- og plejeansvar, påtager sig et fælles ansvar for at sikre, at patienter og borgere, som er i kontakt med regionens hospitaler, tilbydes mad og måltider af høj kvalitet, hvor det visuelle udtryk og smagsoplevelsen tager højde for den enkelte borgers individuelle ernæringsbehov, præferencer, såvel som fysiske og psykiske tilstande hos borgeren, som kan begrænse kostindtag.

## **Ernæringsbehov skal tilgodeses**

Mere end hver tredje patient, der indlægges på regionens hospitaler, er i ernæringsmæssig risiko. En ernæringsaudit gennemført på regionens hospitaler i 2023 viser samtidig, at omkring 60 procent af regionens indlagte patienter ikke fik opfyldt deres ernæringsbehov under indlæggelse og i forbindelse med overgange mellem sektorer. Det er ikke godt nok.

Vi skal som region tilgodese de særlige ernæringsbehov, der er til stede hos de mange patienter, som enten er svækket af sygdom eller i risiko for at udvikle under- og fejlnæring. Det er derfor afgørende, at der både politisk og på den enkelte hospitalsafdeling er fokus på vigtigheden i at sikre den rette ernæring.

En vigtig del af den kommende sundhedsreform er at skabe et mere sammenhængende og nært sundhedsvæsen på tværs af de nuværende sektorgrænser. Det er derfor en oplagt opgave for de kommende sundhedsråd, som en del af dette, at arbejde med ernæringsindsatser i et længere forløb på tværs af region og kommune – herunder ernæringsplaner ved udskrivelse fra hospital ligesom det sker med nuværende genoptræningsplaner.

Samtidig skal hospitalerne fortsat have fokus på, at ernæring, mad og måltider indgår som en parameter i den samlede plan for behandling og pleje. Maden skal fremstå indbydende og smagfuld og appellere til at blive spist. For patienter med underernæring eller risiko for underernæring skal individuelle ernæringsbehov, kostbegrænsede faktorer og indtag af mad vurderes, og patientens indtag af ernæring skal journalføres for at kunne indgå i den samlede vurdering og plan for behandling og pleje. Patientens indtag af mad og måltider skal derudover løbende justeres for at sikre tilstrækkeligt ernæring både under indlæggelse og i forbindelse med udskrivelse til videre pleje og behandling i primærsektor.

## **Tilbud af menuer og måltider**

Menu-tilbud fra hospitalskøkkenerne skal i samarbejde med hospitalsdirektioner, kliniske afdelinger og hospitalernes kliniske diætister løbende udvikles på baggrund af tilbagemeldinger fra patienter, nyeste forskning på ernæringsområdet og Region Hovedstadens klima- og miljømål Grøn2030.

Menuer og måltider skal sammensættes, så klimavenlig køkkendrift og madlavning fremmes, den indkøbte og tillavede mad spises og med fokus på brug af klimarigtige råvarer, økologi og dyrevelfærd og under hensyn til begrænsning af madspild. Menuplaner på regionens hospitaler skal indeholde både

hverdagskost og næringstæt kost og følge relevante anbefalinger<sup>1</sup>. Næringstæt kost er målrettet patienter med begrænset appetit og kapacitet til at spise tilstrækkeligt, hvorfor denne kosttype bør friholdes fra samme krav om bæredygtighed som hverdagskost.

At spise sammen med andre er langt mere end blot at få noget at spise. Det er et socialt ritual, der skaber nærvær, tryghed og fællesskab – noget, vi som mennesker har brug for, ikke mindst når vi er syge eller sårbare. Når man sidder sammen ved et måltid, føler man sig mindre alene. Det kan give en følelse af normalitet og hverdagsrytme, også under en hospitalsindlæggelse, hvor alt andet er vendt på hovedet.

Det kan desuden føre til bedre appetit og større madindtag – noget der er helt afgørende, når kroppen har brug for næring til at hele. Især ældre og svækkede patienter har større risiko for at spise for lidt, når de spiser alene. Socialt samvær omkring måltidet øger ikke bare lysten til mad, men også glæden ved den.

Derudover giver det mulighed for, at pårørende kan være en aktiv del af patientens forløb. Når familie og venner får mulighed for at spise med, styrker det både det sociale bånd og den følelsesmæssige støtte, som har stor betydning for patientens mentale trivsel. Det skaber et rum, hvor man kan være noget for hinanden, også i en svær tid. Det skal derfor være muligt for pårørende mod egenbetaling at tilkøbe den mad, som vi tilbyder regionens indlagte patienter.

### **Mulighed for individuelle ønsker og ernæringsbehov**

Når man er indlagt på hospitalet, befinder man sig i en sårbar situation, og overskuddet til at prøve kræfter med nye ting kan som følge heraf være begrænset. For nogen kan maden i denne situation føles som et trygt og velkendt element. Det er derfor afgørende, at vi har respekt for patienters individuelle ønsker og eventuelle manglende lyst til at eksperimentere med ny og anderledes mad.

Samtidig skal samtalen om mad og måltider være en del af samtalen om patientens samlede behandlingsforløb, og hospitalerne skal sikre, at patienter vejledes og understøttes i forhold til at indtage passende måltider, som kan dække deres behov for protein og energi under hensyntagen til individuelle præferencer. Patienter skal kunne bestille/tilbydes relevante måltider både i og udenfor køkkenets åbningstider.

---

<sup>1</sup> "Anbefaling for dansk institutionskost", udgivet af Fødevarestyrelsen, Sundhedsstyrelsen og DTU Fødevareinstituttet og "Den nationale kosthåndbog" som er udgivet af Kost- og Ernæringsforbundet i samarbejde med Sundhedsstyrelsen og Miljø -og Fødevareministeriet

Hospitalerne skal således i deres menu-tilbud tilbyde en velsmagende, appetitvækkende og alsidig kost, som dækker individuelle ernæringsbehov hos indlagte patienter. Patienter i ernæringsrisiko skal særligt prioriteres, og deres måltider målrettes og tilpasses for at sikre tilstrækkelig dækning af deres behov for energi og protein.

Hospitalernes menu-tilbud skal udover hverdagskost og næringstæt kost tilbyde diæter, der imødekommer patienter med diagnosticeret allergi/intolerance eller tygge/synkebesvær, og patienter som er i medicinsk behandling for overvægt. Desuden bør der i muligt omfang tilbydes måltider, som tilgodeser særlige ønsker, der udspringer af patienters personlige overbevisning, eller behov for at efterleve specifikke kulturelle eller religiøse forskrifter – naturligvis under forudsætning af, at de faglige anbefalinger på ernæringsområdet kan efterleves. Der skal herudover tilbydes menuer, som tilgodeser særlige ernæringsbehov og præferencer hos indlagte børn. Det forudsættes, at de samlede måltider fortsat dækker energi- og proteinbehov, hvor det ernæringsmæssigt er muligt.

### **Økonomi**

Produktionen af mad skal planlægges og gennemføres omkostningseffektivt, således at de økonomiske ressourcer anvendes bedst muligt.