

OM FORSKNINGSMOTALEN

Forskningsomtalen er laget av Sandnes kommune. Omtalen skal være til støtte for beslutningstakere i kommunen.



SANDNES
KOMMUNE

FORSKNINGSMOTALEN

Kan hjemlevering av måltider forebygge underernæring for hjemmeboende eldre?

Det er usikkert om hjemlevering av måltider til eldre hjemmeboende kan forebygge underernæring. Det viser en systematisk oversikt fra 2021.

HOVEDBUDSKAP

Den systematiske oversikten hadde til hensikt å belyse ernæringsstatusen til eldre som benytter seg av hjemlevering av måltider, få bedre innsikt i deres behov, og vurdere om hjemlevering av måltider kan være et relevant og effektivt virkemiddel for å opprettholde eller forbedre ernæringsstatusen. Vi har valgt å fokusere på funnene som omhandler hvorvidt hjemlevering av måltider påvirker matinntak, kroppsvekt og ernæringscore, ved å sammenligne de som mottok hjemlevering med de som ikke gjorde det. Deltakerne var hjemmeboende eldre, både med og uten risiko for underernæring.

Resultatene viser at:

- Det er usikkert om hjemlevering av måltider til hjemmeboende eldre bidrar til høyere kroppsvekt sammenlignet med ingen hjemlevering.
- Det er usikkert om hjemlevering av måltider til hjemmeboende eldre bidrar til høyere inntak av energi sammenlignet med ingen hjemlevering.
- Det er usikkert om hjemlevering av måltider til hjemmeboende eldre bidrar til forbedret ernæringscore sammenlignet med ingen hjemlevering.

Resultatene er usikre fordi funnene fra primærstudiene spriker. Noen viser positiv effekt og noen viser en negativ effekt ved hjemlevering av måltider. Effektene ble kun beskrevet med ord, uten tall, og det ble ikke oppgitt om



forskjellen mellom de som fikk hjemlevering av mat og de som ikke fikk var statistisk signifikant. Tilliten til resultatene er derfor svært lav på grunn av metodiske begrensninger i de inkluderte primærstudiene; få deltakere, varierende beskrivelse av tiltak, heterogenitet i utfallsvariabler og målemetoder.

BAKGRUNN

Hjemmeboende eldre som mottar kommunale helse- og omsorgstjenester er i risikogruppen for underernæring (1). De nasjonale kvalitetsindikatorene på ernæring i 2019 viste én av tre (32,6 prosent) eldre tjenestemottakere i hjemmetjenesten enten var underernært eller i risiko for underernæring (1).

Underernæring kan føre til svekket helse, redusert livskvalitet og økt risiko for sykdom. Derfor er det viktig for kommunen å identifisere tiltak som kan bidra til å forebygge underernæring.

Hjemlevering av mat er en tjeneste hvor ferdiglagde måltider leveres direkte til brukerne som en del av kommunale tjenester i hjemmet. Dette kan bidra til å redusere forekomsten av underernæring ved å øke inntaket av energi og protein.

Kommunen ønsker derfor å vurdere forskningen på hvordan hjemlevering av måltider, sammenlignet med ingen hjemlevering av måltider, påvirker ernæringsstatusen til hjemmeboende eldre.

HVA ER DENNE INFORMASJONEN BASERT PÅ?

En systematisk oversikt fra 2021 undersøkte eksisterende forskning på ernæringsutfordringer blant eldre som mottar hjemlevering av måltider, og hvorvidt hjemlevering, sammenlignet med ingen hjemlevering, kan bidra til å forbedre ernæringsstatusen. Denne forskningsomtalen vurderer delen av oversikten som sammenligner hjemmeboende eldre som mottar hjemlevering av måltider, med dem som ikke mottar en slik tjeneste.

Oversikten omfattet 18 studier: åtte parallelle gruppestudier, fem tverrsnittstudier, fire pretest-posttest-studier og én pilot randomisert kontrollert studie.

Den systematiske oversikten inkluderte primærstudier som er utført i perioden 1986 til 2020. Åtte var fra USA, tre fra Australia, to fra Canada, to fra Sør-Korea, en fra Danmark, en fra England og en fra Nederland. Antall deltakere var totalt 1355 for disse 18 studiene, der antallet varierte mellom 19 deltakere i den minste studien til 263 i den største studien. Tiltakene i disse studiene varierte fra tre måltider per dag til tre måltider per uke, sammenlignet med ingen hjemlevering av måltider. For de studiene som fulgte deltakerne over tid, var varigheten på tiltaket mellom 3 uker og 18 måneder.

Studiedeltakerne var hjemmeboende eldre, inkludert personer som mottok hjemmesykepleie, kun måltidslevering, eller som hadde økt risiko for underernæring – som for eksempel etter sykehusutskrivelse. Alderen på deltakerne varierte mellom 60 til 100 år.

Seks av primærstudiene viste høyere inntak av energi med hjemlevering av mat, mens seks fant ingen forskjell i energiinntak sammenlignet med dem som ikke mottok hjemlevering. Ingen av studiene rapporterte en økning i kroppsvekt. Fem studier viste redusert risiko for underernæring ved hjemlevering av måltider, målt ved bruk av validerte risikovurderingsverktøy. Fire av disse benyttet Mini Nutritional Assessment (MNA) eller den forkortede versjonen av dette verktøyet.

TILLIT TIL RESULTATENE

Deltakerne i studiene er eldre hjemmeboende personer med ulik grad av risiko for underernæring, noe som er overførbart til kommunens tjenestemottakere. Studiene som var inkludert i oversikten har betydelige metodiske begrensninger; type design, få deltakere (11 av 18 primærstudier hadde mindre enn 60 deltakere), ulik hyppighet på måltidshjemleveringen, ulik innhold av energi og protein i måltidene, ulike utfallsvariabler for å måle effekten av måltidshjemlevering, ulike risikovurderingsverktøy for underernæring og ulikt om variablene er målt ved selvrappotering eller observasjon.

Disse begrensningene forhindrer en statistisk analyse på tvers av primærstudiene. Videre er det en utfordring at funnene på tvers av primærstudiene i den systematiske oversikten ikke er konsistente, og effekten ble kun beskrevet med ord, uten tall, og det ble ikke oppgitt om forskjellen mellom de som fikk hjemlevering av mat og de som ikke fikk var statistisk signifikant. Vi har derfor svært lav tillit til resultatene fra denne systematiske oversikten.

OM DENNE FORSKNINGSMOTALEN

Kommunalt ansatte, i samråd med bibliotekar, gjennomførte søk etter systematisk oversikt i oktober 2024. Søket ble utført i databasene Cochrane og Epistemonikos, og forskere var med i planlegging av søket. I søket brukte vi søkeord for ulike former for hjemlevering av mat til eldre hjemmeboende; meals on Wheels, home delivered, meal delivery, food delivery. Søkene ble tilpasset den enkelte litteraturløpbase.

To kommunalt ansatte gikk gjennom 80 unike referanser. De ansatte og en forsker leste fem oversikter i fulltekst, og vurderte relevansen for problemstillingen. En systematisk oversikt som ble ansett som relevant, ble deretter valgt ut i samarbeid med forskeren og kvalitetsvurdert.

TA KONTAKT

Epost:

baktash.shahrestani@sandnes.kommune.no

martine.marie.kajander@sandnes.kommune.no

KILDE

Fleury S, Tronchon P, Rota J, Meunier C, Mardiros O, Van Wymelbeke-Delannoy V, et al. The nutritional issue of older people receiving home-delivered meals: a systematic review. *Front Nutr.* 2021;8:629580. <https://doi.org/10.3389/fnut.2021.629580>

REFERANSE TIL ANNEN LITTERATUR

1. Helse- og omsorgsdepartementet. God og riktig mat hele livet: Nasjonal strategi for et godt kosthold hos eldre i sykehjem og som mottar hjemmetjenester. 2021. <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/god-og-riktig-mat-hele-livet/id2849251/?ch=1>

SITERING

Forskningsomtalen kan siteres slik: Shahrestani B, Kajander M. Kan hjemlevering av måltider forbygge underernæring for hjemmeboende eldre? Forskningsomtale [internett]. Sandnes: Sandnes kommune; 2025.

