

Måltidsobservasjoner et verktøy for fagpersoner



Nasjonal kompetansetjeneste for habilitering av barn med spise- og ernæringsvansker
OUS-Rikshospitalet

For å kunne vurdere barnets
spiseutvikling og forutsetninger i måltidene,
må vi gjøre måltidsobservasjoner!



Måltidsobservasjoner gir informasjon på tre hovedområder:

Ved hjelp av måltidsobservasjoner kan vi

- 1) - avklare og/eller få tilleggsinformasjon om **medisinske problemstillinger**
- 2) få informasjon om **ernæring**
– hva og hvor mye barnet spiser
- 3) få informasjon om spiseutvikling/funksjonsnivå,
- **psykologiske og pedagogiske faktorer**

Observasjon av representative måltider, hjemme med familien og/eller i barnehage/skole, gir verdifull informasjon som er vanskelig å få frem på noen annen måte.

Måltidsobservasjoner er nødvendige for å vurdere barnets forutsetninger for å spise og for å finne frem til gode tiltak.

Vi får informasjon om:

- Motoriske og sensoriske funksjoner, munnmotorikk og svelgfunksjon, barnets mestringsnivå og begrensinger,
- Psykososial tilpasning, kontaktfunksjon, samhandling og trivsel
- Hva som kjennetegner den maten barnet mestrer og liker, som konsistens, temperatur, smak, utseende og taktile egenskaper
- Måltidet og miljøet, hvordan det er tilpasset og lagt til rette for det enkelte barns forutsetninger og behov

Spisevansker og måltidsobservasjoner

Hva slags type vansker? Observasjoner kan bidra til å skille mellom vansker som skyldes somatiske tilstander, og vansker som har med erfaring, samspill, modning, læring og trivsel å gjøre.

Barnet og maten. I måltidene kan man se hvor mye mat og hvilken type mat barnet kan spise. Måltidene avdekker barnets interesse og motivasjon for å spise, gir barnet tegn på å være sulten? Barnets toleranse (sensorisk/motorisk/emosjonell) for maten kan vises ved tegn som brekninger/gulping/oppkast.

Samhandling og trivsel. Måltidenes sosiale kontekst kan være avgjørende for barnets mestring. Barn trenger sosial støtte, trygge rollemodeller og tid nok til å spise seg passe mette i måltidene. Samspill med trygge voksne og andre barn kan være avgjørende for hvordan barnet spiser. Foreldrenes måltidspraksis er også en viktig faktor.

I hvilken grad er måltidene tilrettelagt og tilpasset barnets behov?

Alle ytre faktorer påvirker i hvilken grad barnet blir motivert for å spise og hvordan barnet kan fungere ut fra sine forutsetninger.

God tilrettelegging fremmer barnets mulighet for aktivitet, deltakelse og mestring. Mestringsopplevelse og følelsen av å være inkludert kan være avgjørende for samspill og kommunikasjon, motivasjon og trivsel.

Fysisk tilpasning

Fysiske rammer kan være avgjørende for om barnet kan spise på en trygg og effektiv måte.

Eksempler på forhold man skal se etter i måltidsobservasjoner:

Sittestilling, oversikt over bordet og maten og om bestikk/ spiseredskaper tilpasset funksjons- og utviklingsnivå. Har barnet de individuelt tilpassede hjelpemidlene det har behov for?

Psykososial tilpasning

Gir måltidet en god sosial ramme tilpasset barnets forutsetninger? Er barnet trygg og komfortabel i situasjonen? I hvilken grad distraheres barnet av støy, lys, lukter, eller av sosiale relasjoner? Har barnet tilstrekkelig assistanse og støtte i måltidene? Har barnet gode rollemodeller som motiverer barnet gjennom samhandling og ved å dele måltidsopplevelser som er tilpasset ut fra barnets funksjonsforutsetninger?

Tilrettelegging i måltidene



- **Hva** blir tilbudt til barnet og de andre som deltar i måltidet? Hva slags konsistens, lukt, farge, lyd, smak?
- **Hvor** står maten? Kan barnet se maten og forsyne seg selv?
- **Hvordan** blir maten presentert; Mengde mat på tallerken, serveres mye forskjellig på en gang? Er det kommunikasjon med barnet om hva, hvordan barnet ønsker maten?
- **Hvem** spiser samme mat som barnet, og kommuniserer med barnet i måltidet? Hvem ser hva barnet trenger og hjelper ved behov?

Direkte eller indirekte måltidsobservasjon

Måltider kan observeres direkte gjennom deltakende observasjon. Da må det tas hensyn til at observatøren påvirker måltidets sosiale kontekst.

Deltakende observasjon kan inngå i et veilednings- og behandlingstilbud der observatøren ønsker å prøve ut alternative måltidsstrategier, eller støtte og veilede foreldre i en annen måltidspraksis.

Indirekte observasjon, gjennom video-opptak fra vanlige måltider hjemme og/eller i barnehage/skole, er et godt supplement til deltakende observasjon.

Hvem skal observere måltidene?

Måltidsobservasjoner kan gjennomføres av alle med en faglig bakgrunn med ansvar for å kartlegge barnets spisefunksjon og måltidsdeltakelse. Aktuelle aktører kan være ansatte ved:

- Helsestasjon
- Barnehage, skole, PPT (Pedagogisk-, psykologisk tjeneste)
- Barnebolig, avlastningstilbud
- Habiliteringstjeneste
- BUP/BUPA (Barne- og ungdomspsykiatrisk poliklinikk)
- Barneavdeling
- Spise- og ernæringsteam

Se siste bildene viser flere detaljer om hva en kan få ut av måltidsobservasjoner.

Dette viser hvorfor måltidsobservasjoner alltid bør inngå i utredning og behandling av barn med spisevansker



Måltidsobservasjoner kan avklare og/eller gi tilleggsinformasjon om medisinske problemstillinger:

| | |
|-------------------------|---|
| Symptombildet | Refluks i og umiddelbart etter måltid; fraværsepisoder/epilepsi-suspekt/eventuelt anfall; smerter og ubehag; sanseutfall (syn, hørsel, taktil, lukt, smak). |
| Oralmotorikk/dysfagi | Oralmotorisk bearbeiding av mat/væske (suge- og tyggefunksjon, forflytning og bearbeiding av maten i munnen), svelgefunksjon (normalt, evt. forsinket svelging, ukoordinert-, mistanke om feilsvelging, f.eks. «våt» hoste, «våte øyne», eller endret ansiktsfarge/mimikk); brekninger etter at svelging er utløst. |
| Oral-sensoriske vansker | Vegring mot berøring av munn/lepper; reaksjon på klumper, temperatur og smak; brekninger når mat berører lepper eller kommer inn i munnen. |
| Sensorisk prosessering | Viser barnet tegn til generell sensorisk hypersensitivitet? |
| Ernæring gjennom sonde | Får barnet sondemat i måltidet? Tolererer barnet sondematen, evt. kliniske symptomer på ubehag i måltidene? |

Måltidsobservasjoner gir informasjon om ernæringsspørsmål:

Hva spiser barnet?

Hva tilbys barnet, og hva liker og mestrer det å spise? Er tilbudet tilpasset barnets energi- og næringsbehov?

Hvor mye spiser barnet?

Er det samsvar mellom foreldres opplevelse av mengder, og hvor mye barnet faktisk spiser

Hvilke konsistenser ser barnet ut til å mestre?

Tilbys barnet matvarer som samsvarer med oralmotoriske forutsetninger?

Måltidsinformasjoner gir informasjon om spiseutvikling/funksjonsnivå, psykologiske og pedagogiske faktorer:

| | |
|---|---|
| Samspill, kommunikasjon | Gir barnet klare signaler i måltidet? Hvordan kommuniserer barnet? Bli barnets signaler sett og respektert? |
| Generell utvikling og spiseutvikling | Funksjonsnivå, ferdigheter i forhold til forventninger for alder (milepæler og normal variasjon), selvhjelpsferdigheter |
| Sosial fungering, kontaktfunksjon, atferd | Er barnet sosialt deltakende? Atferds- og/eller tilpasningsvansker? Grensesetting? |
| Trivsel og matglede | Interesse for måltid, nysgjerrig på mat; hva liker barnet? Trygg og aktiv deltakelse? |
| Vegring, unngåelse/avledning | Avviser barnet mat eller å bli matet? Tegn til angst eller nervøs uro? Er maten i fokus, eller iPad, leker og annet? |
| Foreldrenes måltidspraksis og oppdragerstil | Støttende-, autoritær-, ettergivende-, oppmuntrende-, eller tvang, press? |
| Rollemodeller i måltidene | Spiser barnet alene eller sammen med andre? Spiser rollemodell mat som barnet mestrer og liker sammen med barnet? |

Referanser

- **Behavioral Management of Feeding Disorders of Childhood.**
Silverman AH. Ann Nutr Metab. 2015;66 Suppl 5:33-42.
- **A Proposed Multidisciplinary Approach for Identifying feeding Abnormalities in Children With Cerebral Palsy.** Santoro A. et al. Journal of Child Neurology (2012). 27(6) 708-712
- **The Family Mealtime Observation Study (FaMOS): Exploring the Role of Family Functioning in the Association between Mothers' and Fathers' Food Parenting Practices and Children's Nutrition Risk.**
Walton K. et al. Nutrients (2019), 11, 630; 1-14.
- **Systematic review: mealtime behavior measures used in pediatric chronic illness populations.**
Poppert KM et al. J Pediatr Psychol. 2015 Jun;40(5):475-86.
- **Methodological considerations for observational coding of eating and feeding behaviors in children and their families,** Pesch MH et al. International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity (2017) 14:170
- **Mutually Responsive Orientation: A novel observational assessment of mother-child mealtime interactions.** Bergmeier H. et al. Appetite (2016) [105](#); 400-409
- **Observation and comparison of mealtime behaviors in a sample of children with avoidant/restrictive food intake disorders and a control sample of children with typical development.**
Aldridge VK. et al. Infant mental health journal (2018). Vol. 39(4), 410–422.
- **The importance of mealtime structure for reducing child food fussiness.**
Powell F. et al. Maternal & Child Nutrition (2017), 13.