

Måltidets mulighedsrum



Maj-Britt Bahn Christensen
Ergoterapeut
mbc@elsassfonden.dk



Christina Therese Andersen
Ergoterapeut
ca@elsassfonden.dk

Når du er færdig med at læse denne artikel, er du blevet præsenteret for en bred forståelse af, hvad måltidet rummer af udfordringer og mulighedsrum. Med artiklen ønsker vi at bidrage til, hvordan vi som fagprofessionelle i højere grad kan anskue måltidet ud fra et bio-psyko-socialt perspektiv. Ved dette perspektiv tilbydes vi som tværfaglig gruppe en flerstrengt forklaringsmodel for, hvad der kan være årsagsforklaringen på en evt. udfordring. Derudover er der også et større mulighedsrum i vores tværfaglige intervention, da strengene der kan spilles på, er mange.

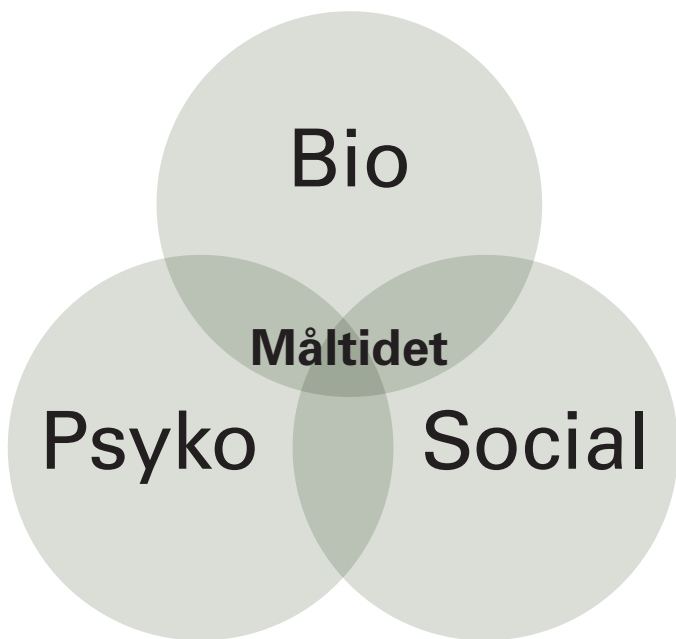
Til dagligt har vi de sidste mange år arbejdet med børn, unge og voksne med cerebral parese (CP) ved Elsass Fonden. En stor del af denne målgruppe har i mindre eller større grad udfordringer ifm. måltidet. Vores opgave er bl.a. at have et særligt fokus på netop denne dagligdags udfordring. Vi håber, at du efter at have læst denne artikel kan se dig selv som børnefysioterapeut være med til at fremme den bedste måltidsoplevelse for den enkelte.

Bio-psyko-socialt perspektiv

Inden du går rigtigt i gang med at læse denne artikel, vil vi bede dig om at bruge 2 min på at tænke over et måltid hjemme hos dig selv. Måske et måltid med din familie eller sammen med gode venner. Hvordan ser det ud, hvad er vigtigt i måltidet og hvad bruger du eller I tiden på?

Mange vil kunne nikke genkendende til, at et måltid er uendelig mange ting. For nogle handler det om at hygge med selve madlavningen – sammen eller alene. For andre vægter smag og konsistens i selve måltidet højere og for andre igen handler det mest af alt om at blive mæt eller få kalorier indenbords, så aftenen med børnene glider. Fælles for de fleste er måske det sociale fællesskab, da vi i Danmark ofte mødes omkring måltidet.

Måltidet kan med andre ord forstås i et bio-psyko-socialt perspektiv. Ved dette perspektiv åbnes op for den kompleksitet, vi i praksis møder, når mennesker er udfordret ift. måltidet. Der er altid en forklaring på, at et menneske ikke spiser



Bio-psyko-social model for måltidet.

tilstrækkeligt. Som du forhåbentlig netop selv har erfaret, er måltidet en aktivitet med mange facetter. Det efterlader den fagprofessionelle med et ansvar om at være nysgerrig på de forskellige aspekter i måltidet.

Hvis man som fagperson kigger ensporet fx med den biologiske kikkert, risikerer vi at miste vigtig information og få en for snæver indgangsvinkel. Hermed kan årsagsforklaringer gå tabt. Med andre ord er det i både undersøgelse og intervention vigtigt at forstå, hvilken værdi det enkelte måltid repræsenterer for det menneske, man sidder overfor. Sker dette ikke, risikerer man, at den intervention der igangsættes, ikke er relevant, effektiv og meningsfuld for den enkelte.

Det kan fx være svært at få et barn til at spise et bredere repertoire af mad ved kun at arbejde på det mundmotoriske. Det er muligt, at årsagen til at de ikke spiser bredt er mundmotoriske udfordringer, der gør, at de ikke kan bearbejde svære fødeemner. Men hvis barnet har så mange negative oplevelser med fx at få mad galt i halsen, fordi det ikke er bearbejdet ordentligt, bliver man i mange tilfælde nødt til at starte med at skabe positive spiseoplevelser og lade barnet genvinde kontrol over måltidet. Først herefter er der et mulighedsrum for at arbejde med fx at tygge fødeemner af sværere konsistens. Værdien i måltidet for barnet vil altså formentlig handle om at føle sig tryk i at kunne gå til måltidet og at vinde kontrol.

Med det bio-psyko-sociale perspektiv i tankerne, brug da 2 min på at tænke på et måltid for et barn du kender med en funktionsnedsættelse. Det kunne være frokost i børnehaven, til et socialt arrangement på skolen eller når barnet spiser en snack. Hvor ofte bliver der for dette barn kigget på måltidet ud fra andet end et biologisk værdisæt? Er der fra omgivelserne fokus på, hvilken værdi der er i spil for barnet? Handler måltidet i børnehaven om at blive mæt, spise varieret, øve sin mundmotorik eller måske om at være deltagende

i det sociale rum omkring bordet med de andre børn? Er der forskel på værdien i de enkelte måltider for de voksne omkring barnet og for barnet selv? Kunne et måltid måske rumme flere værdier, hvis man tænkte målrettet over det?

Måltidet for mennesker med CP

Over halvdelen af alle mennesker med CP har en eller anden grad af udfordring i relation til måltidet. I denne gruppe findes både børn og unge, der har udtalte udfordringer, mens andre ingen eller nærmest ingen har. Et højere GMFCS-niveau er relateret til øget forekomst af udfordringer, men det er dog ikke altid tilfældet for den enkelte. Som fagprofessionel må vi derfor aldrig drage en konklusion om spiseevnen alene baseret på viden om GMFCS-niveau. For mennesker med CP er det muligt at klassificere spiseevnen ved hjælp af Eating and Drinking Ability Classification System (EDACS). EDACS er et klassifikationssystem, der klassificerer den generelle spise- og drikkeevne hos mennesker med CP fra 2 år og op efter. Dette sker ved hjælp af nøglefunktionerne sikkerhed og effektivitet. Siden januar 2022 har det været muligt at indtaste EDACS-niveau i den ergoterapeutiske protokol i CPOP.

Hvilke udfordringer kan børn med CP have i relation til måltidet?

Der er en meget stor bredde i de udfordringer, vi møder i praksis. I den ene ende af spektret kan vi møde børn og unge, der stort set ikke er udfordret grovmotorisk. Men hos netop denne gruppe findes dog en betydelig repræsentation af børn og unge, der har madlede, spiser ensidigt og selektivt og som ikke nyder at være en del af måltidet, særligt ikke i sociale kontekster. De børn vi i en anden tid havde kaldt for ekstremt kræsne og måske dårligt opdragede. Men kigger vi nysgerrigt på barnet ud fra et bio-psyko-socialt perspektiv, vil vi ofte kunne finde en bred vifte af årsagsforklaringer til, at de ikke spiser bredt eller fx ikke ønsker at spise ude. Ofte har denne gruppe af børn tidligere haft mundmotoriske udfordringer eller har mundmotoriske udfordringer, der ikke er opdaget endnu. Det har givet dem oplevelser af ikke at kunne kontrollere maden tilstrækkeligt, så de kløjes i den. For at være sikker på at komme levende fra bordet, fravælger disse børn ganske simpelt fødeemner, de ved eller formoder udgør en risiko for dem. Når et barn med en sådan problematik sætter sig til et ganske almindeligt måltid, sidder de der sjældent med en tiltro til at kunne spise sig mætte. Hvis de overhovedet kommer til bordet, er det formentlig med en ængstelse for ikke at kunne leve op til de forventninger måltidet stiller og med en formodning om at gå sultne derfra. Har man det sådan, så spiser man sjældent ude. De færreste børn der er selektivt spisende, ønsker at sidde hos en venindes forældre og ikke kunne leve op til forventningerne om at spise ukendt mad. Når der bruges så meget energi på at tænke over måltidet og når måltidet i den grad indtages med et system i alarmberedskab, er der sjældent overskud til at deltage aktivt i

de sociale elementer, måltidet ofte er situeret i. Et barn der ved første øjekast måske ikke umiddelbart ville være et, man tænkte ville være udfordret i måltidet, i hvert fald ud fra et biologisk perspektiv, kan altså vise sig at være udfordret i andre aspekter af måltidet?

I den anden ende af spektret kan vi møde børn og unge, der har et betydeligt nedsat motorisk råderum, som har udtalte mundmotoriske udfordringer. Denne gruppe kan have svært ved at følge en vægt- og vækstkurve, men kan til gengæld have en madglæde uden lige. Maden er måske i langt højere grad tilpasset deres funktionsniveau, fordi deres udfordringer er tydelige og de har derfor et andet levet narrativ om maden. Er barnet heldigt, er det omgivet af mennesker, der har fokus på den gode oplevelse, så den tilpassede blendede mad stadig er rig på individuel smag, kalorier og visuel fremtoning. Men det er desværre ikke altid sådan og så kan et tilpasset måltid være en ganske anden sag. Er måltidet ikke blendet individuelt, så en tallerken byder på forskellige oplevelser, men en samlet ret blendet sammen med fx mayonnaise, er det sjældent en fornøjelse at spise. For denne gruppe af børn og unge er et måltid ofte kun delvist oralt eller slet ikke oralt. Sonde er for mange i denne gruppe den primære fødekilde og det efterlader en stor del af gruppen i en fattig oral oplevelsesverden, hvis der ikke er et særligt fokus herfor. Dertil kommer, at mange i denne gruppe er uden verbalt sprog og de kan derfor have svært ved at sige til og fra i måltidet. De kan også være udfordret på at deltage i en social kontekst i måltidet, hvis ikke der er sat særlige rammer herfor.

Der er altså børn og unge med CP, der er udfordret i forskellige retninger indenfor måltidet. Her har vi præsenteret jer for lidt af det, vi møder i hver ende af et kontinuum, derimellem ligger et hav af variationer. Fælles for alle dem vi møder er, at ikke én udfordring er den samme, men at der altid er er viden og forståelse for ophavet at hente i en bio-psyko-social tilgang. Tilsvarende vil den relevante indsats stort set altid tage afsæt i tiltag indenfor alle de tre bobler, da måltidet rummer facetter, der rækker ind i dem alle.

Måltidet set fra en ernærings- og energibalancevinkel

Når vi taler om måltidet for mennesker med CP, må vi nødvendigvis også adressere udfordringer relateret til en hensigtsmæssig energibalance. Mange børn, unge og voksne med CP, kæmper nemlig hermed. Energibalance handler om balancen mellem energiindtag og energiforbrug. Hvis der er en negativ energibalance, er der risiko for bl.a. undervægt og insufficient indtag af vitaminer og mineraler og er der en positiv energibalance, er der risiko for bl.a. overvægt og forskellige livsstilssygdomme. Hvad angår energibalancen, befinder vi os også på et kontinuum. I den ene ende har vi de børn, der af den ene eller anden årsag er udfordret i at indtage tilstrækkelig energi og mængder af de næringsstoffer, der er nødvendige for at sikre kroppens, herunder især hjernens, udvikling og funktion. Underernæring og nedsat vækst er derfor et stort problem hos nogle børn, unge og voksne med CP. I den anden ende finder vi den positive energibalance, altså overernæring, som også findes hyppigere blandt personer med CP sammenlignet med resten af befolkningen. Børn må generelt set gerne være lidt i energioverskud – have en positiv energibalance, da de skal vokse og udvikle sig.

Det tværfaglige aspekt

Ernæring og måltidet er måske ikke det første område en fysioterapeut vil have fokus på. Ernæring er vigtig for hele kroppens udvikling og funktion og et vigtigt element i også at have energi og overskud til at være fysisk aktiv i hverdagen. Derfor håber vi med denne artikel, at du er blevet mere nysgerrig og opmærksom på, hvordan du som fysioterapeut kan være med til at fremme de gode måltidsoplevelser og dermed give mere lyst og mod på at spise og få sikret en god energibalance, som forudsætning for en aktiv og sund hverdag. Hvis vi kigger på måltidet ud fra et bio-psyko-socialt perspektiv, som tidligere er fremhævet, så prøv at reflekter over, hvor du som fysioterapeut kan have en vigtig rolle i det tværfaglige samarbejde