

SAMMENDRAG (DANISH SUMMARY)

Ældre mennesker på plejehjem er en gruppe, der er i stor risiko for underernæring. Underernæring er omkostningsfyldt for den enkelte, da det forværrer helbred og livskvalitet, hvilket igen fører til forøgede samfundsudgifter. Underernæringen skyldes først og fremmest nedsat kostindtag, hvilket sker på baggrund af fysiologiske faktorer og ydre faktorer, såsom svækkelse af kroppens sanser, appetitregulering, sociale omgivelser ved måltidet, og at maden serveres via udbringning. Madudbringning begrænser de sensoriske aspekter omkring måltidet, der ellers kan øge appetitten. En løsning kan være at identificere sensoriske måltidspræferencer hos ældre, så måltiderne i et måltidsudbringningssystem kan tilpasses målgruppen mere direkte. Forskellige studier har undersøgt præferencer for måltider hos ældre og fundet frem til at traditionelle, danske måltider, der er genkendelige er dem, de ældre foretrækker mest. Det overordnede formål med denne Ph.d.-afhandling var, at undersøge om en kulinarisk optimeret to-retters udbragt menu havde effekt på plejhjemsbeboeres helbredsrelaterede livskvalitet. Ph.d.-afhandlingen blev udarbejdet på basis af i alt fire studier, som resulterede i tre artikler. De tre artikler inkluderede to pilotstudier og et klynge-randomiseret studie. I **artikel 1** blev det undersøgt, hvilke mellemmåltider der var mest accepterede i forhold til deres smag. Tyve tekstur modificerede mellemmåltider blev vurderet af 30 plejhjemsbeboere med dysfagi på parametrene udseende og smag. Sensoriske karakteristika ved de højest accepterede mellemmåltider var, at de var frosne, kolde og søde. Desuden var de mellemmåltider, der var mest accepteret på smag også blandt dem, der havde det højeste fedt- og energiindhold. Der blev fundet god overensstemmelse mellem udseende og smagsvurderingerne i 18 ud af 20 mellemmåltider. Ligeledes blev 40 hovedretter vurderet på udseende, smag og tekstur af 29 ældre i **artikel 2**. Formålet var her, at undersøge plejhjemsbeboeres hovedmåltidspræferencer. Måltiderne blev opdelt i seks måltidsgrupper (blandet kød, oksekød, svinekød, fisk, kylling og plante-baserede), og liking blev vurderet på tre sensoriske aspekter. Resultaterne viste, at i forhold til *udseende* blev retterne med svinekød vurderet med højere liking end oksekødsretterne, med fokus på *smag* blev retterne, der indeholdt oksekød vurderet med højere liking end de plante-baserede. Desuden blev de retter, der indeholdt fisk vurderet med en højere liking i forhold til deres *tekstur* end retterne med oksekød og de plante-baserede.

Udfra disse to studier udvalgte en mængde måltider til at danne grundlag for et **kulinarisk studie**. Via kulinariske sessioner med kokke fra Københavns Madhus resulterede dette studie i en interventionsmenu (som inkluderede et stimulerende nyt twist), der blev afprøvet i **artikel 3**. Designet var et klynge-randomiseret studie, hvor to-og-halvtreds plejhjemsbeboere blev randomiseret til enten at modtage kontrol (n=32) eller interventionsmenuen (n=20) i 12 uger. Det viste sig, at interventionsgruppen oplevede et fald i helbredsrelateret livskvalitet, som kan skyldes at måltiderne i denne menu var mindre genkendelige for de ældre, end de måltider, som kontrolgruppen modtog. Der blev ikke set nogen effekt på hverken ernærings- eller funktionelle parametre, hvilket tilskrives de ældre deltageres skrøbelighed fra starten af studiet. Alt i

alt viser resultaterne fra denne Ph.d.-afhandling, at genkendelighed spiller en afgørende rolle for måltidsaccept hos plejehjemsboere. Måltidsforbedring bør gøres med mindre justeringer og respekt for måltidspræferencer for at øge appetit og livskvalitet hos ældre.