

Stockholms länsförening av
RIKSFÖRBUNDET
FÖR MAG-  TARMSJUKA

2005-08-15

Yttrande över förslag på kostpolicy

Förslaget till kostpolicy är hållet på en mycket övergripande nivå. Ytterst lite sägs egentligen om vilken mat som ska serveras och hur man ska kunna servera mat som är anpassad efter olika individers behov och sjukdomar.

Mag- och tarmsjuka

För mag- och tarmsjuka kan kosten ha en avgörande betydelse för individens livskvalité och välbefinnande. Anpassad kost kan också vara ett led i behandlingen av olika mag- och tarmbesvär.

Tyvärr är det många mag- och tarmsjuka som idag vittnar om kosten inom vården inte är anpassad efter deras speciella behov; men också om bristande kunskap och förståelse hos berörd personal.

Det finns inte heller någon lösning som passar oss alla. Här följer några exempel:

- Vid vissa inflammatoriska sjukdomar krävs fettreducerad kost.
- Personer som riskerar tarmvred pga dålig tarmfunktion ska undvika vissa grönsaker, rotfrukter, frukter samt nötter, torkad frukt mm.
- Laktosreducerad kost gäller för dem som har brist på enzymet laktas.
- Personer med glutenintolerans bör äta glutenfri kost.
- Många personer med mag- och tarmsjukdomar bör undvika gasbildande kost, mörkt kött, juicer av olika slag och fiberrik kost.
- Det finns också mag- och tarmsjuka som endast kan äta flytande kost.

Kosten kan således ha en avgörande betydelse för hur en person med mag- och tarmsjukdom mår och hur sjukdomen utvecklas. De individuella variationerna kan vara stora och därför är det viktigt att den mat som serveras inom sjukvården är anpassad efter individens diagnos och speciella problem.

Det är också viktigt att personalens kunskaper om kostens stora betydelse ökar så att kosten blir ett medel för att öka patientens hälsa och välbefinnande.

Som vägledning i strävan att hjälpa mag- och tarmsjuka till en bättre anpassad kost finns kokboken "Näring och njutning - mat för ömtåliga magar" och tillhörande faktabok, utarbetade av Riksförbundet för Mag- och Tarmsjuka.

Stockholms länsförening av Riksförbundet för Mag- och Tarmsjuka (RMT)

Eva Jacobsson
Ordförande

Eva Jacobsson
2005-08-15

33