

# T/ JSAG

## 江苏省老年学学会团体标准

T/JSAG 003—2024

### 居家养老膳食营养服务规范

Specification for nutritional diet services among the home-care elderly

2024 - 04 - 26 发布

2024- 05 - 26 实施

## 目 次

前言 .....	II
1 范围 .....	1
2 规范性引用文件 .....	1
3 术语和定义 .....	1
4 总体要求 .....	1
5 服务内容 .....	1
6 人员要求 .....	1
7 信息收集与服务内容的确立 .....	2
8 营养服务要求 .....	2
9 膳食营养服务管理 .....	2
10 服务评价与改进 .....	3
附录 A (资料性) 微型营养风险筛查评定量表 (短问卷) (MNA-SF) .....	4
附录 B (资料性) 老年人食物摄入推荐表 .....	5
附录 C (规范性) 膳食营养服务参考评价表 .....	6
参考文献 .....	8

## 前 言

本文件按照GB/T 1.1—2020《标准化工作导则 第1部分：标准化文件的结构和起草规则》的规定起草。

请注意本文件的某些内容可能涉及专利。本文件的发布机构不承担识别专利的责任。

本文件由江苏省老年学学会老年营养专业委员会提出。

本文件由江苏省老年学学会归口。

本文件起草单位：江苏省老年学学会老年营养专业委员会、中国老年学和老年医学学会营养食品分会、扬州市卫生健康委员会、南京医科大学附属逸夫医院、苏州市立医院、徐州市矿山医院、江苏省肿瘤医院、南京农业大学、东南大学、江苏省疾病预防控制中心、江苏省农业科学院、南京江北新区普斯康健养老服务中心、江苏省默元养老服务管理有限公司、镇江市九九老年康复中心、中国葛洲坝集团文旅发展有限公司宜昌颐福乐园分公司、江苏经贸职业技术学院、江苏省第二中医院、上海市静安区彭浦镇第二社区卫生服务中心、南京同仁医院、南京城市职业学院、淮安市洪泽区人民医院。

本文件主要起草人：莫宝庆、吕校宇、施国庆、付萍、曾珊、王劲松、林枫、莫丽亚、杜瑜、王卉、王鹏、王少康、谢玮、李莹、张肖敏、贺勤、莫亚青、刘彤、蒋涛、郭旭东、袁素洁、孟琼、朱桂琦、王春香、渠慎强、蔡平、付玉珍。

# 居家养老膳食营养服务规范

## 1 范围

本文件规定了居家养老服务机构为老年人提供膳食营养服务的总体要求、服务内容、技术要求和评价与改进。

本文件适用于为老年人提供膳食营养服务的居家养老服务机构。

## 2 规范性引用文件

下列文件中的内容通过文中的规范性引用而构成本文件必不可少的条款。其中，注日期的引用文件，仅该日期对应的版本适用于本文件；不注日期的引用文件，其最新版本（包括所有的修改单）适用于本文件。

GB 14880 食品营养强化剂使用标准  
WS/T 556 老年人膳食指导  
DB11/T 1598.1 居家养老服务规范  
DB32/T 4268-2022 社区居家医养结合服务规范  
T/LXLY 0003-2020 老年人营养不良风险快速评估指南

## 3 术语和定义

DB11/T 1598.1界定的以及下列术语和定义适用于本文件。

### 3.1

膳食营养服务 nutritional diet service

根据老年人生理特点、健康状况和疾病的需求，提供搭配合理、营养恰当膳食的活动。

### 3.2

营养补充食品 nutritional complementary foods

根据老年人的实际营养需求及膳食营养素摄入分析结果，为弥补或调整老年人营养素摄入不足的食品，包括且不限于营养强化食品、营养素补充剂、特殊医学用途配方食品等。

## 4 总体要求

4.1 以老年人的营养需要为核心，提供相关的服务。

4.2 服务机构应当根据老年人生理特点、身体状况、消化系统功能，依据相应的标准、指南、共识或原则，提供适合于其营养需求的膳食营养服务。

4.3 服务机构应对相关的隐私信息做好保密工作。

4.4 服务机构的营养服务应公开化、透明化，双方应有充分的沟通；对需要进行收费的膳食营养服务项目，服务机构必须进行公示，且应符合民政等相应管理部门的有关规定。

## 5 服务内容

服务机构提供的膳食营养服务内容包括但不限于：促进充足食物摄入、老年人膳食实现营养化、根据疾病的防治要求进行合理营养与膳食的指导等。

## 6 人员要求

6.1 服务机构应配备营养师从事该项服务。

6.2 服务机构应当为营养师提供每年至少一次相关技术培训或继续教育学习。

## 7 信息收集与服务内容的确立

- 7.1 服务机构宜以宣传的形式告知服务范围的老年人可以提供营养服务。当老年人有相应诉求时，营养师应耐心与其或相关第三方进行沟通，在了解老年人的相关信息后，确定需要开展服务的内容，并由双方签字确认。
- 7.2 营养师可通过评估与查验相关资料的方式获取有诉求老年人的相关信息。
- 7.3 营养师可按照 MNA-SF 或 T/LXLY 0003-2020 对老年人进行营养风险筛查。
- 7.4 营养师可通过老年人的体检报告、医院诊断、病历等途径，了解老年人生理特点、所患疾病的情况，内容包括但不限于：各种慢性病史、咀嚼吞咽能力、消化吸收状况等。
- 7.5 符合 DB32/T 4268-2022 的医养服务机构，可以使用 EAT10 量表或饮水试验的方法，对老年人进行吞咽摄食风险筛查。
- 7.6 服务机构应当将筛查结果及时做好记录，并及时告知老年人或相关第三方。
- 7.7 服务机构应根据掌握的信息及具体的营养诉求提供相关服务。
- 7.8 对于有短暂营养服务需求的老年人，服务机构所提供的服务包括但不限于：膳食营养特点的介绍、推荐适宜膳食等。
- 7.9 对于有长期营养服务需求的老年人，所提供的服务包括但不限于：营养膳食的设计、适宜膳食的推荐、膳食的调整、效果评估与追踪等。

## 8 营养服务要求

- 8.1 服务机构应主动提供和了解膳食的营养信息。
- 8.2 具有制作能力的服务机构宜为有诉求的老年人提供套餐或选餐营养服务。
- a) 以套餐提供膳食时，应编制营养食谱。食谱应符合老年人相关标准或指南中推荐的膳食结构、能量与营养素摄入量，达到平衡膳食的要求。
    - 1) 食谱除了膳食名称外，还应标明膳食的主辅料及主要调味品的名称、数量。鼓励根据餐饮食品营养标识的规定，利用标注、提供说明等方式告知膳食中主要营养素含量的信息。
    - 2) 食谱中宜有膳食质地与质构的要求。
    - 3) 所编制的食谱应不少于 1 周（7 天），并提前告知老年人或相关第三方。
    - 4) 无特殊营养要求的老年人：需要全天供餐的膳食中，应该满足附录 B 中食物的要求；仅提供午餐的膳食中，主食除米面外，还须包含一份薯类或全谷物或杂粮制品；副食需提供足量的蔬菜水果、奶类（豆类）、水产（或禽肉或蛋或畜肉），数量需根据老年人的情况而定；膳食中营养素不足部分，如确需使用营养强化剂，其使用应符合 GB14880 要求；如需要使用营养素补充剂，应根据老年人的实际情况精准使用；如需要使用全配方营养补充食品可选择特殊医学用途配方食品。
  - b) 提供选餐时，单个制作和提供的主食或菜肴等，应以标注或提供说明的方式提供能量和营养素含量的信息。
- 8.3 外采膳食的服务机构，应了解外采膳食相关的营养信息，提供相应的服务。
- a) 服务机构通过告知或公示的形式将营养信息提供给有诉求的老年人。
  - b) 营养师可依据营养信息，为老年人进行膳食设计或进行选餐指导。
- 8.4 疾病人群的食谱按照《成人糖尿病食养指南》、《成人高血压食养指南》、《成人高血症食养指南》、《成人肥胖食养指南》、《成人高尿酸血症与痛风食养指南》、《成人慢性肾脏病食养指南》等的要求执行。

## 9 膳食营养服务管理

- 9.1 服务机构应该建立营养评估管理机制，至少每 3 个月进行一次筛查或评估，以跟踪老年人营养或健康状况的变化，并及时进行服务的调整变更。若需要进行调整变更的，在此之前应与老年人或相关第三方进行充分的交流沟通，并有详细的书面记录，必要时双方签字确认。

9.2 营养师应为有服务关系的老年人，建立营养服务、营养管理、健康信息档案，每次均须及时记录相关的服务内容。

9.3 如有老年人或相关第三方需要营养师及服务机构提供书面或电子形式的膳食营养服务内容，服务机构必须提供，并由营养师签字和加盖服务机构印章。

9.4 服务机构需妥善保管老年人的营养健康档案，不得向合同约定外的第三方透露相关信息，营养健康档案保留时间不得少于5年。

## 10 服务评价与改进

10.1 服务机构应以多种形式开展膳食营养咨询和宣传活动，鼓励老年人参与膳食服务的评价工作。

10.2 服务机构应建立投诉机制，提供人工服务台、电话、意见簿、微信、邮箱等多种途径的投诉方式，采用专人负责制，接到投诉后3日内处理完毕。

10.3 服务机构应每半年进行一次膳食营养服务评价，评价内容见附录C。鼓励服务机构引入第三方开展膳食营养服务工作的评价，以示公正性。

10.4 服务机构应根据投诉和评价中发现的问题，及时进行改进，不断提高服务质量。对于难以实现的改进意见或建议，要与提出方进行充分交流沟通，以取得其理解。

**附录 A**  
(资料性)  
**微型营养风险筛查评定量表 (短问卷) (MNA-SF)**

**A.1 评定量表**

微型营养风险筛查评定量表 (短问卷)

姓名\_\_\_\_\_ 性别 ①男 ②女 出生年月\_\_\_\_年\_\_月  
体重\_\_\_\_千克 身高\_\_\_\_厘米 (小腿围\_\_\_\_厘米)

1.过去三个月内是否因食欲减退、消化、咀嚼或吞咽困难导致进食减少

①进食严重减少 ②进食轻度减少 ③无进食减少

2.过去三个月体重减轻

① $\geq 3$ 千克 ②不知道 ③1~3千克 ④无体重下降

3.目前活动情况

①卧位或轮椅 ②能下床或离开轮椅,但不能外出 ③能外出

4.过去三个月内是否遭遇心理社会压力或患急性疾病

①是 ②否

5.神经精神状况

①严重痴呆或抑郁 ②轻度痴呆 ③没有问题

6.体质指数 (BMI) 或小腿围

(1) 体质指数 (千克/米<sup>2</sup>) : ① $< 19$  ② $19 \sim 21$  ③ $21 \sim 23$  ④ $\geq 23$

如不能获得BMI的数值, 则用小腿围

(2) 小腿围 (厘米) : ① $< 31$  ② $\geq 31$

调查人

**A.2 评判标准:**

MNA-SF的总分:

1.12~14分, 正常;

2.8~11分, 有营养不良的风险;

3.0~7分, 营养不良

**附录 B**  
(资料性)  
**老年人食物摄入推荐表**

**表 B.1 65 岁及以上老年人食物摄入量建议**

食物种类	推荐数量
谷类 (克/日)	200~250
其中: 全谷杂豆 (克/日)	50~150
薯类 (克/日)	50~75
蔬菜 (克/日)	300~450
水果 (克/日)	200~300
乳类 (克/日)	300
大豆/周	105
坚果/周	50~70
肉禽鱼蛋 (克/日)	120~150
其中: 畜禽肉克/周	280~350
蛋类克/周	280~350
水产品克/周	280~350
油 (克/日)	25~30
盐 (克/日)	<5
添加糖 (克/日)	<50 最好<25

**表 B.2 每日 (周) 食物推荐摄入种数**

食物类别	平均每天种类数 (种)	每周至少种类数 (种)
谷类、薯类、杂豆类	3	5
蔬菜、水果类	4	10
畜、禽、鱼、蛋类	3	5
奶、大豆、坚果类	2	5
合计	12	25

**表 B.3 每日三餐食物推荐摄入种数**

餐别	平均食物种类数 (种)
早餐	3 ~ 5
中餐	4 ~ 6
晚餐	4 ~ 5
零食	1 ~ 2

**附录 C**  
**(规范性)**  
**膳食营养服务参考评价表**

**C.1 膳食营养服务参考评价表 (服务对象用)**

**表 C.1 膳食营养服务参考评价表 (服务对象用)**

评价时间      年   月   日

评价地点: 助餐点、托老所、食堂、居家

项目	内容	要求	分值	得分
膳食质量	适口性	无法咀嚼或吞咽	0	
		稍有些不便	10	
		咀嚼、吞咽没有困难	20	
	进食量	减少	0	
		没有减少	10	
		有所增加	20	
	食物多样性	每日食物没有变化	0	
		食物品种变化不明显	10	
		每日不重复	20	
营养师	态度	热情主动, 专业耐心	10	
	责任	关心进食的内容	10	
服务后状态	自觉身体状况	没有改变	0	
		稍有点变化	5	
		较先前转好	15	
	用餐心情	仍对用餐没有兴趣	0	
		用餐心情增强	5	
总得分				
您对我们的服务 (打√) : 满意度    满意    较满意    一般    不太满意    不满意  您对我们的意见与改进建议:				

## C.2 膳食营养服务参考评价表（服务机构或专业人员用）

表 C.2 膳食营养服务参考评价表（服务机构或专业人员用）

项目	内容	要求	评价时间	
			年	月 日
			分值	得分
资质	资质证明材料	具有相关资质证书或证明	10	
	继续教育	按规定参加继续教育	5	
风险筛查	营养不良/过剩风险	按规范开展	5	
	摄食、咀嚼、吞咽风险	按规范开展	5	
服务质量 (取一种)	食谱	食谱设计与调整	按规范设计与调整	5
		食物种类	符合膳食指南或老人要求	5
		能量营养素	符合老年人的实际需要	5
		质构设计	符合老年人的情况	5
	选餐或单独食物	有营养信息	有信息的提供	5
		指导恰当	选餐或配餐合理	5
服务状况	态度	热情主动, 专业耐心	5	
	沟通交流能力	关于交流沟通	5	
管理	指导正确	符合要求并规范	5	
	服务过程	符合要求并规范	5	
	差错情况	确保零差错	5	
服务目标	目标的制订	应制订服务目标	5	
	制订目标的可行性	目标具体、可行	5	
	第三方服务评价平均分 (C1)	自行定制	5	
	第三方服务评价满意度% (C1)	自行定制	5	
具体意见与改进建议:				

### 参 考 文 献

- [1]中国营养学会.《中国居民膳食指南（2022）》
  - [2]中国营养学会.《中国居民膳食营养素参考摄入量》
  - [3]中华人民共和国国家卫生健康委员会办公厅.《餐饮食品营养标识指南》
  - [4]国家卫生健康委员会.成人糖尿病食养指南（2023版）
  - [5]国家卫生健康委员会.成人高血压食养指南（2023版）
  - [6]国家卫生健康委员会.成人高脂血症食养指南（2023版）
-