



«Et av landets aller beste sykehuskjøkken», lyder attesten til St. Olavs Hospital.

Matdoktoren på St. Olavs Hospital

Når pasientene ved St. Olavs Hospital skriver leserbrev i lokalavisen om den gode, hjemmelagde vaniljesausen på sykehuset, da blir kjøkkensjef Gunnar Kvamme glad. Hans visjon er at måltidene skal være dagens høydepunkt for de innlagte. Dette har gitt ham flere høyhengende priser.

En appetittvekkende eim av røkte middagspølser fyller korridorene i Forsyningscenteret på St. Olavs Hospital i Trondheim. Gunnar Kvamme, som viser vei innover mot kjøkkenet, husker ikke i farten om det er pølser som står på menyen i dag. Han har nemlig avbrutt ferien for å ta en prat med Mat&Helse. Men pøselukten er helt i tråd med hans ønsker. – Vi synes det er flott at det lukter mat på et sykehus. Det er så mange lukter her som ikke er så gode, sier han når vi er vel framme, blant skinnende blanke benker og kummer i rustfritt stål.

Prisdryss

Her på hovedkjøkkenet forberedes maten, før den sendes videre ut til fire avdelingskjøkken hvor den lages ferdig og serveres til pasientene. Til middag kan de hver ukedag velge mellom en kjøtt- og en fiskerett. I tillegg kan de bestille fra en rikholdig diettmeny. Eller å la carte-meny, som Kvamme kaller den. Gunnar Kvamme fikk i fjor både Matomsorgsprisen og Ingrid Espelid Hovigs Matkulturpris.

Begrunnelsen fra de respektive juryene

Kvamme fikk i fjor både Matomsorgsprisen og Ingrid Espelid Hovigs Matkulturpris.

var hans mangeårige innsats for at institusjonsmat skal ha både høy kvalitet og god smak. Også hans satsing på økologiske råvarer ble framhevet. «Et av landets aller beste sykehuskjøkken», lød attesten til St. Olavs Hospital.

Gunnar Kvamme kaller seg selv «kjøkkensjef mot strømmen», fordi han lenge

har kjempet imot trenden at kjøkken flyttes ut av institusjonen og drives av eksterne aktører. Nærhet til pasientene er viktig, mener Kvamme. Det vil si, han kaller dem ikke pasienter, men gjester.

– Mat er best når den er nylaget. Den «dør» hvis den serveres slik de gjør mange steder. Vi sender råskrelte poteter ut fra hovedkjøkkenet til avdelingene, så er de nykokte til gjestene. Det samme gjelder fisk. Den sendes rå til avdelingene, hvor den stekes en halv time før den skal spises.

Ikke for mange pekefingre

Det er også lettere å tilpasse seg pasientenes ønsker og behov når kjøkkenet er «tett på», mener han. Barneavdelingen har for eksempel en egen meny. Kokt torsk eller færikål slår ikke så godt an hos de yngste. De får heller kylling eller sprøbakt fisk. Han har etter hvert fått et mer pragmatisk forhold til det han serverer. – Før sto vi med pekefingeren og sa at det og det er sunt. Men hvis ungene ikke spiser det hjemme, hvordan skal du da få dem til å spise det her? De er redde, har ofte hatt en tøff behandling, sier han og legger til at

underernæring kan være et stort problem på sykehus, ikke minst for kreftpasienter. – Det er viktig å spørre hva de vil ha, så får de det med en gang.

– Så hvis en pasient har lyst på, la oss si fish & chips, så får han det? – Han får det på dagen. Det gjør vi et stort poeng av. Da er

Gunnar Kvamme kaller seg selv «kjøkkensjef mot strømmen», fordi han lenge har kjempet imot trenden at kjøkken flyttes ut av institusjonen og drives av eksterne aktører. Nærhet til pasientene er viktig, mener Kvamme. Det vil si, han kaller dem ikke pasienter, men gjester.



Mat & Cafe

Matforsyningen ved St. Olavs Hospital er organisert som et aksjeselskap, Mat & Cafe AS. Foruten kjøkkendrift omfatter det drift av seks avdelingskantiner ved St. Olav og kantina ved Orkdal sykehus, samt ekstern cateringvirksomhet. Mat & Cafe AS ledes av Gunnar Kvamme og staben teller rundt 80 personer.

Gunnar Kvamme fikk i fjor både Matomsorgsprisen og Ingrid Espelid Hovigs Matkulturpris for sin mangeårige innsats for høy kvalitet og god smak.



Vi bruker bare 0,7 prosent av sykehusets budsjett på råvarer ...!

det viktig at «hovmesteren», det vil si pleiepersonalet, følger opp. Pasientene vil helst ikke bry dem. Et skrekkeksempel var en gutt som var operert for kreft og som var veldig syk. Folk for ut og inn med mat, men han hadde ikke lyst på noe. Han tapte vekt og ble nedstemt. Så kjente han en dag lukten av vafler som pleiepersonalet stekte, og sa etterpå «om jeg bare hadde fått vafler!» Enn om personalet hadde fanget opp det!

Det er en større fare for at sykehuspasienter får i seg for lite energi enn for mye, hevder Kvamme. – Vi beriker heller maten i stedet for å redusere energinnholdet. Mange sykehus serverer mat med lite fett, som har lite og dårlig smak. Lager du mat som gjestene ikke vil ha, så er du jo like langt, sier Kvamme, som tror at det å tilby to middagsretter også gjør at flere spiser maten. – Da er det jo større sjanse for at du får noe du liker.

Økologisk pilotprosjekt

Gunnar Kvamme fikk smaken for kokkeyrket i militæret, da han frivillig meldte seg til kjøkkentjeneste. Senere utdannet han seg til institusjonskokk og kostøkonom. Han har

arbeidet ved St. Olavs Hospital, tidligere Regionsykehuset i Trondheim, i tyve år. De siste tretten årene som kjøkkensjef. I 2002 var han med på å innføre økologisk mat ved sykehuset, et pilotprosjekt i regi av Bioforsk. Målet var å finne fram til best mulige økologiske produkter som egnet seg for sykehus, i samarbeid med lokale produsenter. Tredve prosent av råvarene er i dag økologiske, blant annet mesteparten av potetene og grønnsakene. Bioforsk kurset også Kvamme og hans kolleger i hva økologiske råvarer innebærer, noe han mener var viktig for å skape engasjement hos medarbeiderne. – Uten Bioforsk hadde ikke sykehuset vært der vi er i dag, sier han.

– Er det dyrere å bruke økologiske råvarer? – Økologiske poteter og grønnsaker har omtrent samme pris som de konvensjonelle. Vi har forhandlet oss fram til gode priser, og vi går også forbi noen ledd. Det er klart, vi kan ikke bruke de dyreste økologiske produktene. Vi satser først og fremst på basisvarer.

Ber kokker rette nakken

Mat er egentlig ikke så dyrt, ifølge den meningssterke kjøkkensjefen som synes mat

Nye retningslinjer for sykehus

Helsedirektoratet etablerte i 2009 nasjonale, faglige retningslinjer for å bidra til å forebygge og behandle underernæring ved norske helseinstitusjoner. Institusjonene pålegges blant annet å vurdere ernæringsmessig risiko, gi personer i ernæringsmessig risiko målrettet ernæringsbehandling og dokumentere ernæringsstatus og -tiltak i pasientens journal. Som en oppfølging av dette har St. Olavs Hospital, på oppdrag av Helse Midt-Norge, vedtatt å utforme en ernæringsstrategi. Strategien skal ifølge klinikkensjef Lise Lundbom Støylen sikre at alle leddene som har med pasientenes matforsyning å gjøre, tar ansvar for å bidra til en god ernæring. Støylen viser til at flere internasjonale studier slår fast at sykehuspasienter har lett for å bli underernærte. Både på grunn av sykdommen i seg selv og som følge av manglende matlyst i kjølvannet av behandlingen.

er noe av den beste medisinen et sykt menneske kan få. – Vi bruker 0,7 prosent av sykehusets budsjett på råvarer. Kostbudsjettet har holdt seg noenlunde stabilt siden år 2000, mens medisinforbruket er nesten doblet.

– Er det et tankekors, synes du?

– Jeg synes det.

Underernæring kan være et problem på sykehus, ikke minst for kreftpasienter. Det er viktig å spørre hva de vil ha, så får de det med en gang.

Kvamme mener mange institusjoner bruker kjøkkenet som salderingspost, godt hjulpet av innleide konsulenter. Selv skulle han ønske flere institusjonskokker rettet nakken i møte med både sykehusledelse og konsulenter. – Mat har ikke hatt noe status i sykehusmiljøet. Det har vært nederst på rangstigen. Mange har lett for å la seg overstyre. Jeg pleier å si at vi er ikke en primæraktivitet for sykehuset, men vi er «primære» for pasientene. Det er maten de venter på, ikke neste febermåling, sier Kvamme, som tror et godt kjøkken kan være med på å styrke sykehusets renommé.

Nylig vedtok St. Olavs Hospital en egen ernæringsstrategi, noe Kvamme ser som et stort framskritt. – Vi har fått forankret ernæring helt opp i hovedledelsen. Da blir det ikke så lett en salderingspost. Omtalen vi har fått i media, har også gjort at sykehusledelsen respekterer oss mer.

Ønsker Hellstrøm velkommen
Etter Kvammes syn er det altfor lite faglig fokus på storkjøkkenet, i motsetning til restaurantkjøkkenet. Også storkjøkkenet må holde en viss kvalitetsstandard, ifølge Kvamme. Han synes mesterkokk og «restaurantlakter» Eyvind Hellstrøm med fordel også kunne ha gått en del storkjøkken nærmere etter i sømmene. Kvalitetssikring var noe av det Kvamme fikk honnør for av juryen bak Ingrid Espelid Hovigs Matkulturpris, en pris han for øvrig synes det var ekstra hyggelig å få. – Vi har satset mye på ISO-godkjent

kvalitetskontroll som Teknologisk Institutt foretar en gang i året. Ofte inviterer vi med Mattilsynet på samme kontroll. Vi synes det gir oss mye. Vi er aldri redde for en instans, vi tar heller imot tips enn å skjule ting. Det driver oss fremover. Vi har også pålagt oss selv å

fryse inn en del av all produksjonen hver dag. Hvis det bryter ut en infeksjon, så har vi alltid matprøver.

I tiden fremover vil han jobbe for å styrke kvalitetssikringen. Han ønsker også å utvikle flere nye retter. Gunnar Kvamme setter stor pris på at det er blitt stadig færre klager på maten fra pasientene. – En av dem skrev et leserinnlegg hvor han fortalte at han hadde fått hjemmelaget vaniljesaus her. Da skjønnte vi at gjestene er veldig bevisste. Det varmet, avslutter den prisvinnende kjøkkensjefen. – Tenk at de oppdaget at maten var hjemmelaget! mh

ANNONSE

TRONDHEIM: Vår 2011
BERGEN: Vår 2011
OSLO: Høst 2011

GODKJENT UTDANNELSE I HYPNOTERAPI

KURSLEDERE PÅ GRUNNUTDANNINGEN:



Andrew Newton
– En av verdens mest erfarne hypnoterapeuter
– Mannen som lærte Paul McKenna hypnose!



Steve Burgess
er en av Englands mest erfarne hypnoterapeuter, med mer enn 11000 klienttimer bak seg. Han er i tillegg en meget dyktig og erfaren kursleder.



Ronny Hansen
Grunnlegger av Hypnoseakademiet
– Fagansvarlig for utdannelsen
– Sertifisert kursleder av American Board of Hypnotherapy
– Over 20 års pedagogisk erfaring

Deltakere på denne utdannelsen kommer fra de fleste samfunns- og profesjoner. Det er en anerkjennelse at også psykologer og leger velger å ta denne utdannelsen ved Hypnoseakademiet.

Nå kan også du lære hypnoterapi.
Hypnoseakademiet er en sertifisert kursholder, og tilbyr en utdanning over 1 semester.

- UTDANNELSEN ER GODKJENT AV:**
- Norsk Forbund for Klinisk Hypnose
 - American Board of Hypnotherapy
 - International Institute of Clinical Hypnosis

Samtlige studenter på siste kull anbefaler studiet til andre

ALT KURSMATERIELL ER PÅ NORSK

OPPSTART 2011

Trondheim: 4. februar
Bergen: 11. februar (kun 16 plasser)
Oslo: 3. september

Sagt om Hypnoseakademiet:

Dr. med. Holger Ahlisdorff, spes. allmenntidrett, kommunelege i Hemne:
"Etter å ha gjennomført utdannelsen i hypnose og EFT ved Ronny Hansen og Andrew Newton, et kurs jeg plasserer blant de 3 beste kursene jeg noen gang har vært på. Jeg kan trygt anbefale andre interesserte å ta denne utdannelsen."

Andre kursdeltakere:

"Hypnoseakademiet er utvilsomt den beste utdannelsen i Norge på dette feltet i dag."

"Min verden forandret seg enormt etter det jeg har lært på denne utdannelsen!"

"Jeg er ikke i tvil om å anbefale denne utdannelsen på det varmeste!"

"Lærerne vi har hatt i løpet av kurset har vært dyktige, engasjerende og har trimmet lattermusklene våre ved flere anledninger."

"Kurset innfridde alle mine forventninger og ga enda mer."

"Studiet holder høyt faglig nivå."

"Dette er pionerarbeid av en utdannelse, som kan anbefales på det varmeste."

"Hypnoseakademiet tar sikte på å utdanne terapeuter på et høyt nivå, og det klarer de til gangs."

"Jeg gleder meg til de kommende Mastermoduler og spesialkurs."

"Endelig er jeg der jeg ønsker å være!"

"Mitt selvilde er styrket, livsnyteren i meg er tilbake."

Les mer om disse og mange andre uttalelser på www.hypnoseakademiet.no

Les mer på www.hypnoseakademiet.no

