

OBS! Utskriven version kan vara ogiltig. Verifiera innehållet.

Senast reviderat: 2026-09-15 rev 5

Dokumentet gäller för: Sektionen för Hematologi och Koagulation

Innehållsansvarig: Susann Dallendörfer, Dietist

Godkänd av: Martin Stenson, Sektionschef

Kosten hemma vid nedsatt immunförsvar

Revideringar i denna version

- Allmän översyn, inga ändringar gjorda.

Revisionshistoria

Rev	Giltig från	Förändring	Författare
4	2024-06	- Kapitel 3: Sjuksköterska ansvarar för riskbedömning för undernäring enligt mall i patientjournalen (Melior). - Patientinformation, 1177.se Mat för att må bra under och efter cancerbehandling.	Susann Dallendörfer
3	2020-01	- Kapitel 4 förändrat hänvisar nu till information i patientinformationer. - Kapitel 4.1-4.7 borttagna, information återfinns i patientinformation. - Kapitel 5 relaterad information uppdaterad.	Susann Dallendörfer
2	2020-01	"Patientinformation" God livsmedelshygien vid nedsatt immunförsvar" har bytt namn till "Maten hemma vid nedsatt immunförsvar". - Dessa ostar går bra att äta: <i>Alla hyvelbara hårdostar. Smältost/mjukost som räkost, skinkost och ädelost i tub eller i ask. Halloumi, mozzarella samt fetaost som är färdigförpackad eller fetaost i lösvikt som är pastöriserad. Bredbara färskostar i ask som cream cheese, ricotta och mascarpone.</i> - Kan jag äta rå fisk som t ex inlagd sill, sushi, gravad och kallrökt lax? <i>Ja, om du är säker på att varorna har hanterats på ett hygieniskt riktigt sätt. Kontrollera förpackningsdatum. Ät produkter som varit förpackade högst en vecka. När det gäller inlagd sill se bäst-föredatum för öppnad burk.</i> - Får jag äta råbiff och lufttorkad skinka? <i>Nej, inget rått kött. Frys (i minst tre dygn) torkat, kallrökt eller gravat kött som ska ätas kallt, till exempel lufttorkad skinka, rökt medvurst, bresaola och salami.</i> - Mindre språkliga ändringar.	Susann Dallendörfer
1	2018-09	-Ny rutin	Susann Dallendörfer

Granskare

Inger Andersson, Leg. Sjuksköterska, JACIE-koordinator

Elisabet Wallhult, Leg. Sjuksköterska Cell och Genterapi

Petra Lindroos-Kölvist, Vårdenhetschef

Innehåll

1	Syfte	2
2	Bakgrund	2
3	Arbetsbeskrivning	2
4	Vanliga frågor från patienten	3
5	Ansvar	3
6	Uppföljning, utvärdering och revision	3
7	Relaterade dokument	3
8	Referenser	3

1 Syfte

Syftet är att underlätta matintaget för patienter med nedsatt immunförsvar under pågående cytostatikabehandling och inför hemgång efter cytostatikabehandling och autolog- eller allogen stamcellstransplantation.

All personal på hematologen skall kunna ge likadan information till patienterna om vad de behöver tänka på när det gäller kosten och för hur länge det gäller.

2 Bakgrund

Nedsatt immunförsvar till följd av sjukdom/cytostatikabehandling och genomgång av en autolog-eller allogen stamcellstransplantation gör att vissa patientgrupper även efter hemgång behöver vara försiktiga med vissa livsmedel. Framför allt betonas hantering och förvaring av livsmedel.

Tidigare har kostråden varierat vilket inneburit en osäkerhet för vad vi skall råda patienten att äta och hantera livsmedel när de är hemma.

Efter att ha granskat vad litteraturen stödjer så lyfter man framför allt *följsamhet till riktlinjer för livsmedelshygien och hantering av mat i alla led; från handtvätt, inköp, förvaring och tillagning*. Hemma har patienten möjlighet att ha kontroll över dessa. Det bidrar till att de därmed kan äta livsmedel som exempelvis frukt, bär och grönsaker – väl sköljda utan att de behöver skalas och kokas – vilket i sin tur bidrar till rikare tarmflora som i sin tur stärker immunförsvaret.

3 Arbetsbeskrivning

Inför hemgången från avdelningen får patienten patientinformationen "Maten hemma vid nedsatt immunförsvar" av sjuksköterska. Dietistens telefonnummer finns i patientinformationen om patienten önskar ta kontakt.

Sjuksköterska ansvarar för riskbedömning för undernäring enligt mall i patientjournalen (Melior) och tar kontakt med dietist vid behov av eventuell förskrivning av näringsdrycker eller nutritionssvårigheter. För de patienter som enbart behandlas via öppenvården är det kontaktsjuksköterskan som informerar och lämnar foldern till patienten.

Dessa råd gäller de flesta. För patienter som genomgått allogen stamcellstransplantation gäller dessa råd fram tills immunförsvaret är bättre. PAL bedömer när. Sjuksköterska på BMT kontaktar dietist om patienten går ner i vikt och/eller har nutritionssvårigheter.

4 Vanliga frågor från patienten

Hjälp för personalen att svara på frågor angående kost återfinns i:

- Patientinformation *"Maten hemma vid nedsatt immunförsvar – lite om hantering, förvaring och tillagning av mat"*.
- Patientinformation 1177.se *Mat för att må bra under och efter cancerbehandling*.

5 Ansvar

Gäller för all personal på Sektionen för hematologi och koagulation. Sektionsledningen ansvarar för att rutinen är känd och följs. Verksamhetschefen ansvarar för att de rutiner och riktlinjer som verksamheten kräver finns tillgängliga och att verksamheten arbetar enligt SOSFS 2011:9.

6 Uppföljning, utvärdering och revision

Innehållsansvarig är ansvarig för revision. Medvetet avsteg från rutinen dokumenteras i Melior om rutinen är kopplad till patient. Övriga orsaker till avsteg från rutinen rapporteras i MedControlPRO.

7 Relaterade dokument

Patientinformation:

- [Maten hemma vid nedsatt immunförsvar - Patientinformation](#)
- 1177.se [Mat vid cancer](#)

8 Referenser

- Livsmedelsverket (2025) <https://www.livsmedelsverket.se/livsmedel-och-innehall/bakterier-virus-parasiter-och-mogelsvampar1/>
- Livsmedelsverket - [Kostråd för gravida](#)
- Jann Arends et al. ESPEN guidelines on nutrition in cancer patients. *Clinical Nutrition* 36 (2021) 11-48.