

Bolus on latinaa ja tarkoittaa suupalaa, ruokapalaa ja pureskeltua ruokamassaa. Letkuruokinnassa boluksella tarkoitetaan annossyöttöä. Lääketieteessä bolus on mm. suuri pilleri, savilaji ja valkosavi.

Julkaisija

Ravitsemusterapeuttien yhdistys ry

Toimitus

Bolus – Ravitsemuksen asiantuntija
Pohjoinen Makasiinikatu 6 A 8, 00130 Helsinki,
puh. (09) 2511 1631 päätoimittaja,
fax (09) 657 168, (09) 2511 1630 toimituskunta
dieettiimedia@rty.fi ja rty@rty.fi

Päätoimittaja

Leena Nieminen

Toimitus

Leena Rechartd-Rajakangas

Neuvottelukunta v. 2010

Hannu Mykkänen, professori
Maijaliisa Erkkola, yliopistonlehtori
Tarja Heikkinen, tuotesuunnittelija
Terttu Huupponen, lehtori
Pirjo Ketonen, johtava ravitsemusterapeutti
Terttu Peltola, ravitsemusterapeutti
Merja Paturi, erikoistutkija

Kustantaja

Dieettiimedia Oy

Ulkoasu

Deeland

Painopaikka

Vammalan Kirjapaino Oy

Ilmoitusmyynti

Ravitsemusterapeuttien yhdistys ry /
Dieettiimedia Oy
Leena Nieminen
Pohjoinen Makasiinikatu 6 A 8
00130 Helsinki
puh. (09) 2511 1631, 040 589 1412
leena.nieminen@rty.fi

Tilauhintaa

37 euroa/v, 4 numeroa vuodessa
33 euroa/v, kestitilaus
10 euroa/irtonumero

ISSN 1238-3597

Kuudestaista vuosikerta

Lehden sisältöä saa vapaasti lainata,
kunhan lähde mainitaan.



Pääkirjoitus

Erityisryhmiin kuuluvien joukko suurenee jatkuvasti: maahanmuutto-politiikan väljeneminen, työttömyyden lisääntyminen, mielenterveyden häiriöiden yleistyminen kaikissa ikäluokissa, muistihäiriöiset, alkoholistit. Normaalin ravitsemuksen piiriin lukeutuva joukko pienenee edelleen, jos erityisryhmiin luetaan myös kaikki erityisruokavaliota tarvitsevat, ylipainoiset ja lihavat sekä syömishäiriöisten joukko.

Voidaankin kysyä: ”Onko normaalius jo epänormaalia?”

Elämän hallintaa oppii vain vastuuntuntoisesti elämällä. Jos perustaitoja, kuten kaupassa käyntiä, ruoan säilyttämistä ja valmistusta ei osata, on itsestään selvää, etteivät ihmiset opi hallitsemaan omaa talouttaan, omaa osaamistaan, työnhakua, puhumattakaan työnteosta. Televisiossa käsitellään ylivelkaantuneiden talouden hoitoa. Ohjelman sisältö on masentava. Talouden yksinkertainen peruslaki, älä kuluta enemmän kuin ansaitset, on monilta normaalin oloisilta ihmisiltä täydellisesti hukassa.

Olen erityisen huolissani nuorista. Meillä on kasvava joukko terveitä, alle 25-vuotiaita nuoria, joilla ei ole ammattikoulutusta, ei työkokemusta. He elävät yhteiskunnan ja omaisten tuen turvin. Etenkin toisen polven syrjäytyneet ovat oppineet elämään sosiaalietuuksien turvin, kun perheen talous on romahtanut jo edellisen laman aikana.

Marttaliitto tekee hienoa työtä järjestämällä kotitalouskursseja erityisryhmille. Joskus tarvitaan alkusysäys, jotta ote oman elämän hallinnasta palautuu. Kun teknologian imu hiipuu, uudeksi trendiksi saattaa nousta mullanmakuinen tekeminen. Uusia elämyksiä voivat olla sieniretki, metsästys, kalastus, kasvimaa – itse noukittu tai tuotettu tuore ruoka ja maukkaan aterian valmistus. Nouseeko isoätien ja -isien arjen askareista uusi megatrendi – elämyksellinen, ekologinen, eettinen.

Helsinki 26.1.2010

Leena Nieminen

Sisällys

- 6 Kehitysvammaisen asiakkaan ruokailun arviointi
- 8 Pro gradu -tutkielma: Kehitysvammaisten ravitsemustila ja ravitsemushoitokäytännöt palvelukodissa
- 12 Ruokaturvaa leipäjonoista
- 16 Voimaa elämään arjen askareilla
- 18 Muistisairaana ravitseminen ja käytösoireet
- 21 Psykiatrisen asiakkaan ravitsemushoito
- 26 Pellavasta kuitua ja omega-3-rasvahappoja

Vakiopalstat

- 4 Johdannainen
- 28 Kuka olet
- 30 Opiskelijapalsta
- 32 Toimisto tiedottaa
- 34 Uutta
- 35 Johtokunta