

## 健康を学ぶ

# 栄養管理は

# すべての治療法の基盤です

「毎日の食事で栄養の底上げを」

武雄市立武雄市民病院 給食栄養科

今回は病院の栄養管理がどのように行われているかお話します。

### 一人ひとりに

#### 応じた食事

入院がきまると管理栄養士が患者様の「BMI」（体重÷身長×身長）、「年齢」、「性別」から個別の「基礎代謝量」（安静時エネルギー消費量）を算出し、さらに「傷病の状態」、「活動量」により「必要エネルギー量」と「必要蛋白質量」、「必要水分量」を算出し医師へ伝えます。

さらに看護師や言語聴覚療法士が患者様の現在の嚥下や歯の状態を医師に報告し医師はそれらの情報を踏

まえたうえで患者様にもっとも適した食事をオーダーします。

その後、看護師と管理栄養士により栄養状態のモニタリングが退院時まで続けられます。

栄養療法には普通に食事をする経口栄養のほか静脈栄養（点滴）や経腸栄養（経鼻チューブ・腸、胃ろう）などがあります。

### 栄養士による栄養アセスメント



### 経口摂取が困難な方

静脈栄養に使用する製剤は薬品として薬局が管理し、経腸栄養に使用する栄養剤は食品として栄養科が管理しています。

当院に常在している経腸栄養剤は、「厚生労働省の「日本人の栄養摂取基準」が改定されるたびに摂取基準を満たすものに随時変更しています。

現在採用しているものは比較的少ない量でも蛋白質が必要補え、長期使用でも低Na血症を起こしにく

いものを採用しています。また、口から飲む場合もあるため試験をして味の面でも考慮しました。

開封後は、菌が繁殖しやすいため、密閉したまま使用でき、水分の注入もできるパウチタイプを採用し、衛生的に経鼻チューブによる栄養療法が行われています。

また胃ろうに使用される栄養剤も摂取基準を満たし、より注入しやすいものを選択しています。



### 食事の種類

- 常食 … 2300・2100・1900・1700Kcal
- 軟食 … 流動・三分・五分・七分・全粥食
- 脂質コントロール … 高脂血症など
- 蛋白質コントロール … 肝臓・腎臓など
- エネルギーコントロール … 糖尿・高脂血症・高度肥満など
- 術後 … 消化管術後（流～全）
- 鉄強化 … 貧血
- プリン体除去 … 痛風
- カリウム制限 … 腎臓
- 減塩軟食 … 心臓・腎臓など
- 密閉・刺激物制限 … すい臓
- 低残渣食 … 下痢・イレウスなど
- 検査食 … 内視鏡検査前



更にキザミ・ミキサー・一口カットと食種が個別に分かれます。



### 経口摂取が可能な方

当院では患者様の病態や症状別に常食から各傷病食まで通常約40種の食種に対応しています。

また、実際に食事をしていただく中でも看護師や言語聴覚療法士からの情報によりキザミやミキサーなどの食事の形態が随時変更されていきます。

調理に関しては、業務委託されており専門業者による徹底した衛生管理のもと安心して食べられる治療食を提供しています。

### 栄養サポートチーム (NST)とは?

武雄市民病院の「NST」は平成18年7月に立ち上げられました。NSTとは

(nutrition support team-

の略です。現在、栄養管理は疾患治療の上で共通する基本的医療の一つであると考えられています。その栄養管理を、医師、栄養士、看護師、薬剤師、理学療法士、検査技師など専門職種の間を越えて実施する集団のこ

とをいいます。

治療を行う中で栄養状態が非常に悪いと判断された方はNST対象者にリストアップされます。その後のミーティングで各部署が情報を出し合い、実際に患者様のベットサイドを訪問し情報の共有を図ります。そこで意見をすり合わせることでいまの患者様にもっともふさわしい栄養療法を選択することが出来ます。

### 家庭での食事量が減っていませんか?

PEM (protein energy malnutrition)

PEMとは蛋白質、エネルギーの摂れていない低栄養状態のことを言います。武雄市民病院に入院してこられる高齢者の方にはPEMと考えられる方が多く見受けられます。

高齢者は咀嚼力の低下、嚥下力の低下などにより固いものや繊維質な食べ物をさけるようになり「肉、野菜、果物」などが不足しがちです。

### 肉もしっかり

また高齢になると肉よりも魚という傾向になり、さらに肉の摂取量が減ってしまいうです。

肉は高齢者にとっても大切な栄養源です。食へ過ぎは高脂血症や糖尿病を悪化させる原因にもなりますが、少なすぎると体が弱くなってしまいます。高齢者の場合1日に1回、80g程度の肉食は必要です。

高齢者には脂肪が少ない赤身のお肉がお勧めです



牛肉のもも肉やレバーなど赤身の強い部分の肉には、鉄や亜鉛など皮膚を強くする微量元素が含まれています。脂肪の少ない部分をひき肉などにして柔らかく調理しましょう。

病気になるってから必要量の栄養をとってもPEMが改善されないことが多いので、高齢者は普段から食事をしっかりととり、栄養の底上げしておくことが非常に大切です。



## 武雄市民病院 職員募集

看護体制をさらに手厚くするため、職員の募集を行っています。

- ◆看護師 (正看護師・准看護師)
- ・フルタイム (時給1400円~2000円)
- ・パート (時給1200円~1800円)
- ・ナイトケア (時給2500円)



薬剤師も募集しています。詳しくは、お問合せください。



問 武雄市立武雄市民病院 (23)3111(代表)

担当:池田