

この度、NST専従となりました栄養課の清家です。

最近、地元で在宅栄養に関する相談を2件受けました。

1件目は、近所の叔母さんから「介護していた義母が入所になったので購入したエンシュアが余って困る。缶のゴミ日は週一だし、もったいないし何か料理に使えるい？」とのこと。

2件目は、5世代同居で県知事賞を貰った幼馴染から100歳になる曾祖母ちゃんに「口を開けなくなって飯の時間が長い。何か手軽に栄養を摂る方法はないか？」とのことでした。

私は、エンシュアを使ったスープやシチューの紹介、栄養補助食品や既製品介護食がメデイコ21に販売している事を伝えました。

私事にはなりますが、我家の祖母も在宅介護でした。

ある日曜日に、私は祖母に介護食を作っていました。しかし、自信あり！！と思った料理とは裏腹に中々スムーズには食べてはくれず、ベッドにポロポロとこぼれ落ちていました。ところが、地元のヘルパーさんが来た時の事、おもむろに痛がる祖母を車椅子にのせて低いサイドテーブルをセッティング。障子を開けて外の景色を見せながら全盛期の婦人会話に花を咲かせ、食事介助を始めるとあっさり完食していました。プロの環境設定と声かけやペーシングの差でしょうか・・・形態や味だけではないのだとつくづく感じさせられました。

NSTは難しいことではなく、各職種がそれぞれの専門技術を持ち寄り栄養に関する問題や改善策を提案させていただくチームかと思います。

職種間の壁を越えて一緒に検討できますよう、ご協力ご指導のほどよろしくお願い致します。

栄養課 管理栄養士 清家 恒一



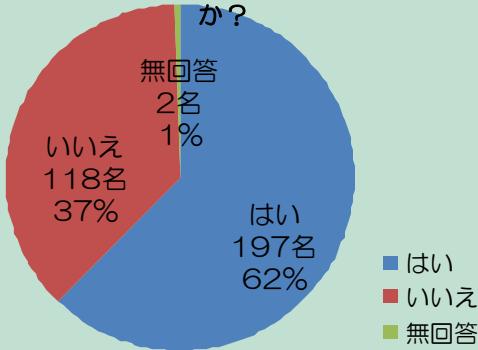
明治乳業主催
第一回ゼリーメイクコンテスト
優秀賞



NST活動に関するアンケート調査の結果報告

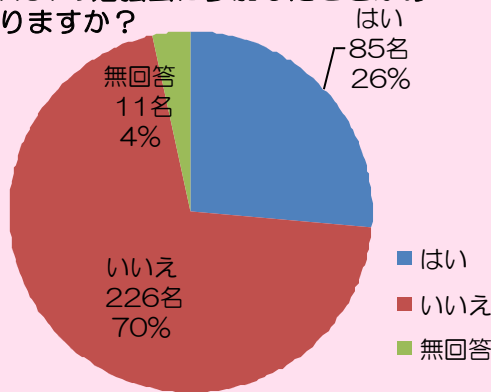


当院にNSTがあることを知っていますか？



★NST 活動に関するアンケート調査にご協力頂きましてありがとうございました。日常業務でお忙しいにもかかわらず、92%（317名/346名）の方から御回答をいただき心より感謝しております。今回の結果を有効に活用させていただき、今後のNST 活動に反映させていきたいと考えております。アンケート結果は5月初旬に所属長を通じてご報告させていただいておりますが、本誌にても結果の一部と部会で検討した内容をご報告させていただきます。

NSTの勉強会に参加したことがありますか？

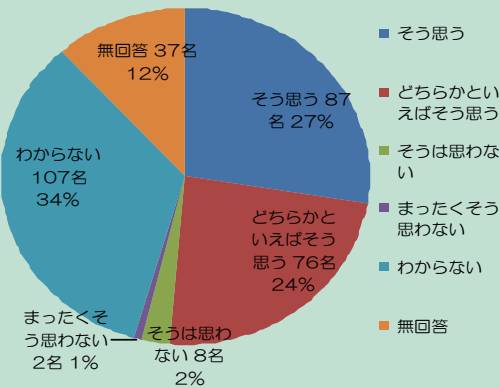


★勉強会は多くの方に参加していただけるよう、1つのテーマで時間を変えて2回実施しています。今回の結果で参加したいけれど実施時間が合わなくて参加しにくいという意見が多数ありましたので開催時間の変更をさせていただきます。

8月から水曜日 15時、木曜日 18時に変更

また、食事介助についての勉強会の御要望を頂きましたので、富田言語聴覚士による勉強会を開催させていただきます。日時につきましては改めてご連絡いたします。

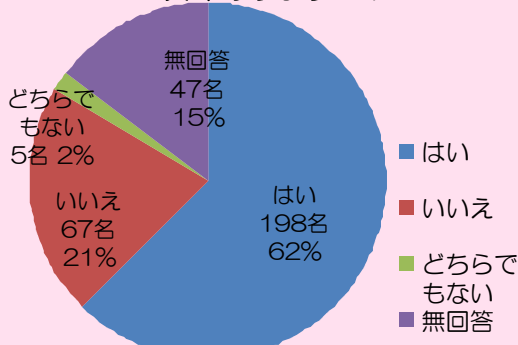
現在のNST活動は患者に良い影響を与えていると思いますか？



★NST 部会は既存の栄養管理委員会の下部組織として、平成23年11月2日に設置され活動を開始しました。本年4月より管理栄養士を2人体制にして頂き、清家管理栄養士がNST専従の管理栄養士として活動することになりました。これまで以上に栄養計画、栄養相談など患者様やご家族と関わっていくことが可能になると思いますので、「在宅への道と在宅での活動継続」を目標として努力して参りたいと思います。

また、多くのスタッフにNST活動は患者に良い影響を与えていると感じていただけるような質の高い活動が出来るように努力して参りますので、引き続きご協力をお願い致します。

NSTに興味ありますか？



★NSTに興味がある方が60%（158名/317名）、NST活動に参加したいと回答いただいた方が63%（199名/317名）と多くの方がNST活動に対してご理解いただけているのがわかり心強く感じております。また一方で、「知識の押しつけ」や「パフォーマンスに終わらないように」とのご指摘も頂きました。

これらのご意見も真摯に受け止め、部会で検討し今後の活動の参考にさせていただきます。



まめちいきコーナ

第1回 検査値解説 「アルブミン (ALB) について」

皆さんご存じのとおり、ALBは栄養評価に用いられる代表的な検査項目です。

ALB値が3.0g/dℓ以下は栄養療法の適応となり、栄養障害を有すると判定された患者さんにはNSTが介入していきます。

検査室でもALB3.0g/dℓ以下の入院患者の抽出をしています。

ALBは半減期が約21日で、体内貯蔵も多いので短期間での大きな変動は見られません。

【ALBの働き】色々な物を運んだり、水分のバランスを保つ。

(少ないと損傷部位を治すのに必要な物資を運べなくて、治りも遅くなります。)

【ALBが低値になる原因】

- ① 合成できない! (急性・慢性肝炎や肝硬変などの肝疾患があり肝での合成ができない、などの炎症があり肝がCRPを作るので忙しいなど)
- ② 漏出! (出血、ネフローゼ症候群で尿中漏出、癌性腹膜炎などで体腔に漏出など)
- ③ 代謝亢進! (発熱、甲状腺機能亢進症など)
- ④ 原料供給不足! (栄養不足で原料が足りない、カロリー不足によりALBがアミノ酸になりエネルギーとして使われるなど)

※ 脱水で高値! (濃度で算出しているなので、血管内水分量の変動でも変化します。)

※ 栄養障害だけで下がるわけではないので、解釈には注意が必要です!



NST関連商品のご紹介

栄養補助食品

「ブリックゼリー」

食事摂取量が低下した方にお付けしている「栄養補助食品」は年々種類が豊富になり、今や数百個の商品が流通しています。当院の勉強会でも試食があった明治乳業「ブリックゼリー」ですが、栄養食品とは思えないクセのない甘さで人気です。1パック 220mlとビッグサイズですので、煮溶かしてから小鉢にて(1/3パック分)再形成してから提供しています。



- <栄養組成> 小鉢1個(1/3パック分)
- エネルギー 117kcal
 - たんぱく質 4.0g
 - 脂質 4.7g
 - 食塩 0.16g



一口メモ

第2回～栄養アセスメント～「必要栄養量の算出」とは

- 必要栄養量＝ 基礎エネルギー量 × 活動係数 × ストレス係数で導かれます。当院では、基礎エネルギー量を求めるのに

「ハリス・ベネティクトの式」を適応しています。

男性：66.47+ (13.75×体重Kg) + (5.00×身長cm) - (6.78×年齢)

女性：655.14+ (9.56×体重Kg) + (1.85×身長cm) - (4.68×年齢)

アセスメントシートにおいて身長、体重、年齢、性別が必須項目の理由がお解かりいただけることとおもいます…。尚、ハリスの式は欧米人を対象として作られた式で、日本人の若年成人へは適さない場合もあります。

※活動係数

※ストレス係数

状態および状況	係数	項目	係数
寝たきり状態	1.0	発熱 (38℃以上)	1.2
ベット上安静	1.2	呼吸不全	1.2
ベット上外活動あり	1.3	手術	1.3
		感染 (軽度) 感冒など	1.2
		感染 (重度) 敗血症など	1.4
		褥瘡 (表皮剥離なし)	1.2
		褥瘡 (表皮剥離あり)	1.4

～NST勉強会のご案内～

勉強会は、水曜日 (15時～) と木曜日 (18時～) に2階看護部休憩室にて開催しています。20～30分の内容です。たくさんの方がご参加頂けるように同じ内容を2回、別の日に行っていますので、ぜひ聴講に来てください。

6/6 (水) 15時00分 ～T&K 「口腔ケアについて」
7/11 (水) 17時45分 ～森永乳業 「経腸栄養について」
7/18 (水) 15時00分 ～ // 「 // 」