

ちくば NST 新聞

NSTとは Nutrition Support Team (栄養サポートチーム) の頭文字をとった略称です

〒710-0142 岡山県倉敷市林 2217 (TEL)086-485-1755 (FAX)086-485-3500

患者さんにベストな状態で治療に専念していただくための栄養サポート活動

昨今の医療技術の進歩は著しく、様々な疾患における治療成績も向上しています。しかしいかなる医療も、患者さん自身のお体あってのことです。よりベストな状態で治療に専念していただくために、まずは患者さんの栄養状態を評価していきます。

血液検査の結果だけでなく、基礎疾患、身体機能能力、体重の推移など様々な角度から判断し、それらを踏まえて必要な栄養を点滴や食事という形で提供していきます。

このような栄養サポート活動は、現在、世界中で認知、拡大され、医療技術の進歩とともに治療成績の向上に大きく寄与しているのです。



副院長
鈴木健夫(医師)

当院でも、医師、管理栄養士、看護師、薬剤師など多職種スタッフから構成される栄養サポートチーム(NST)を結成し、日々活動しています。

NSTにおける医師の主な役割としては、チーム全体の統括や栄養療法の方向性の決定です。

対象患者さんの治療方針、病態の変化、そして各職種から提示される栄養面を中心とした問題点を総合的に判断し、個々の患者さんに合った栄養補給や栄養管理の方法を取りまとめます。それらの情報提供を主治医に行い、最終的には栄養状態の改善という形で患者さんに還元していきます。



点滴で栄養を補う場合にもそのバランスはとても大切ですが、基礎疾患や病状、年齢、体重の変化、発熱の有無などによって、患者さんに必要な栄養素のバランスは異なります。

さらに、点滴をする速度も大切です。大量の栄養をじゃんじゃん点滴すればよいというわけではありません。スピードが早すぎると体の中の受け入れ体制が追い付かず、せっかく点滴しても、栄養として利用されず無駄になってしまったり、患者さん自身の体調を崩してしまう可能性があるからです。

私たち薬剤師は、個々の患者さんに合った点滴の種類、投与量、投与速度などをNSTのカンファレンスで提案しています。また、患者さんの状態は日々変化しています。他部署のスタッフから情報を収集し、血液検査の結果も参考にしながら、せっかくの点滴が肝臓や腎臓に負担をかけていないか、ミネラルのバランスが崩れていないかなどの経過を確認し、そのつど点滴内容の見直しを行っています。



管理栄養士

病棟には管理栄養士もいますよ〜 !!!

管理栄養士は入院患者さんの献立作成など『給食管理』に加えて『栄養管理』という大切な役割を担っています。まず入院時に患者さんと面談させていただき、嗜好や食物アレルギー、入院前の摂食状況などの情報収集を行います。それらの情報をもとに、様々な対応を行っています。

- 手術後の患者さんが、早期に食事の再開を実施できるよう、また、スムーズに必要なカロリーが摂取できるよう、細かくメニューを調整していきます。
- 糖尿病や高血圧症、腎臓病など様々な基礎疾患のある患者さんには、それぞれの疾患にあった食事を提供するだけでなく、退院後の生活を見据えた栄養指導も行います。
- 摂食や嚥下(*1)機能の低下した患者さんでは、食材を小さくカットしたり、とろみを付けたりするなど、食事の形態にも配慮します。

このように、小規模病院ならではの細やかなオーダーメイドの食事を提供することで、患者さんの栄養状態改善だけでなく、治療効果の向上、合併症の予防、QOL(生活の質)の改善を目指しています。

食事や栄養に関して気になる事があれば、どんな些細なことでも、ぜひ管理栄養士にご相談ください。お待ちしております。

患者さんごとに必要な栄養とそのバランスは異なります!

私たちは日頃から、炭水化物、脂質、タンパク質、ビタミン、ミネラルの5大栄養素を、食事からバランスよく摂るように心がけていると思います。



薬剤師

**患者さんの少しの変化も
キャッチして治療に結び
付けるのが一番身近にいる
私たち病棟看護師です!**

患者さんの栄養状態を良好に保つ事は、病気の回復や合併症の予防、体力の維持に大きな役割を果たします。

私たち看護師は、患者さんの一番身近にいる存在です。日々の関わりの中で得られた情報をタイムリーにNSTのスタッフ間で共有し、より良い栄養管理が提供できるよう努めています。



病棟看護師

- 栄養を点滴だけで補い、腸を使わない状態が長く続くと、腸の粘膜に萎縮が起こり、バリア機能が低下します。これは治療を行う上で大きなリスクとなります。それを防ぐには、できるだけ口から食事を取り、腸を動かすことが大切です。そのため、患者さんが「食」に対する意欲を維持できるよう、体や心の状態を把握し、少しの変化もキャッチできるよう心掛けています。
- 最近が高齢の患者さんが増えており、嚥下(*1)機能の低下した方も少なくありません。ひとたび誤嚥(*2)してしまうと、食欲があっても、絶食しなければならないという状況になり兼ねません。食事をする時の姿勢の調整、嚥下機能を高める体操の指導、食事のスピードなどにも気を配り、個々に合わせた食事環境の提供に努めています。
- 高カロリーの栄養を点滴で補う中心静脈栄養や、胃や腸に管を入れ栄養剤を投与する経管栄養を行う場合は、感染のリスクが高まります。衛生面には十分配慮し、感染予防対策を強化しています。

**嚥下体操
の
タイミング**

食事の前



テレビを見ながら



お風呂に入りながら



嚥下体操を実施する一番よいタイミングは、食事の前です。嚥下体操により口や頬を動かすことで、唾液がよく出るようになり、飲み込みやすく食べやすくなるので、誤嚥の防止につながります。そのほか「テレビを見ながら」「お風呂に入りながら」など「ながら体操」として嚥下体操をしていただくのもよいと思います。大切なのは無理せず、毎日継続していくことです。

えんげたいそう
嚥下体操



口や頬を動かすと、唾液の出がよくなり、飲み込みやすく、食べやすくなります。食事の前準備として行いましょう。

1 姿勢



リラックスして腰掛けた姿勢をとります。

2 深呼吸



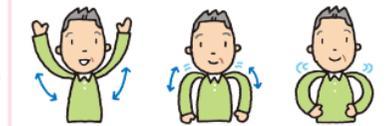
お腹に手をあてて、ゆっくり深呼吸します。

3 首の体操



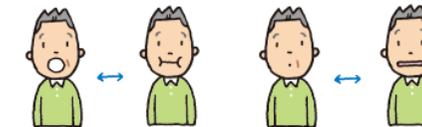
ゆっくり後ろを振り返る。左右とも行う。
耳が肩につくように、ゆっくりと首を左右に倒す。
首を左右にゆっくりと1回ずつまわす。

4 肩の体操



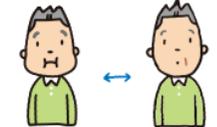
両手を頭上に挙げ、左右にゆっくりとさげる。
肩をゆっくりと上げてからストンと落とす。
肩を前から後ろ、後ろから前へゆっくりまわす。

5 口の体操



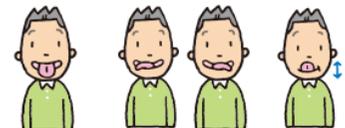
口を大きく開けたり、口を閉じて歯をしっかりと噛み合わせたりを繰り返す。
口をすぼめたり、横に引いたりする。

6 頬の体操



頬をふくらませたり、すぼめたりする。

7 舌の体操



舌をべーと出す。舌を喉の奥の方へ引く。
口の両端をなめる。
鼻の下、喉の先をさわるようにする。

8 発音の練習



「パ・ビ・ブ・ボ」「パ・タ・カ・ラ」をゆっくり、はっきり、くり返しいう。

9 咳払い



お腹を押さえてエヘンと咳払いをする。

はじめよう! やってみよう! 口腔ケア www.kokucare.jp

Copyright © はじめよう! やってみよう! 口腔ケア All rights reserved.

引用：はじめよう! やってみよう! 口腔ケア <http://www.kokucare.jp>

- (*1) 嚥下(えんげ)・・・食べ物を飲み込むこと
- (*2) 誤嚥(ごえん)・・・食べ物が誤って気管に入ってしまうこと