

9月 栄養課だよ!



先月の活動報告

~8月の 行事食「夏祭り」~

おまっり



おしながき

- ・梅菜飯
- ・唐揚げ・ポテト・枝豆の盛り合わせ
- ・冬瓜の冷やし小鉢
- ・すいか

◎9月の集団栄養教室「糖尿病」◎

おしながき

- ・低GI枝豆ごはん
- ・ヘルシー肉団子
- ・食物繊維たっぷりサラダ
- ・ヘルシーソースグラタン
- ・お砂糖カット
コーヒーゼリー



今月は「糖尿病」をテーマにお話させていただきました。糖尿病は身近な疾患であり、食事療法が欠かせません。しかし、食べたらいけないものはなく、いろいろな食材をバランス良く食べていただくことが必要です。その「バランスの良い食事」について話の中で解説しています。糖尿病でない人にとっても理想の食事ですので、話を聞いてみたい方は是非栄養士に聞いていただければと思います!

◎第8回 透析教室◎



今回は「リン」についてお話させていただきました。透析患者さんにとって特に大切であるリンのコントロール。どのような食品に多く含まれているのか、どのような食品に注意すべきなのかをスライドを使用し、説明を行いました。また、患者さんからも質問をいただき、みんなで意見を出し合いながら、答えを考えました。このようにその場で意見交換ができるのも集団教室の良いところだと思います。今後もいろいろなテーマで行っていききたいと思います。

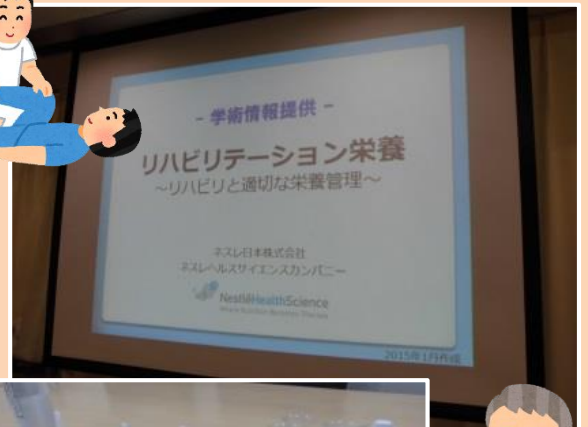


★NST勉強会★ リハビリテーション栄養～リハビリと適切な栄養管理～



8/18(金)にNST勉強会の一環として「リハビリテーション栄養～リハビリと適切な栄養管理～」について、ネスレ日本株式会社様より情報提供していただきました。

リハビリと栄養は切っても切れない関係であり、リハビリだけを十分に行ってもしっかりと栄養を摂れていなければ筋肉は増加しません。また逆に、栄養を十分に摂取していても適切なリハビリを行っていなければ、筋肉が増えることはありません。



さらに今回はしっかりと栄養補給を行うこと+BCAA (Branched Chain Amino Acids, 分岐鎖アミノ酸)の効果についてお話していただきました。BCAAとは分子構造上から分岐鎖アミノ酸とよばれるバリン、ロイシン、イソロイシンを指します。筋肉を構成するアミノ酸の1つであり、リハビリ後に摂取すると筋肉の増加に有効であるといわれています。

講演中、BCAAを強化した栄養補助食品の試食も行われ、BCAA特有の苦みがありながらも、企業努力により美味しく作られていることも体験できました。

当院ではリハビリを中心に行う回復期病棟もあるため、リハビリスタッフと協力しながら、より有効的なリハビリを患者さんに提供できれば・・・と考えるきっかけとなりました。



今月の栄養課



GFOの採用が中止となりました！



当院で経腸栄養の初期投与などで使用しておりましたGFOがこの度採用中止となりました。その理由は、①初期投与に使用するものとして当院としてはペプタメンの方が適していること、②食費として算定ができず病院の持ち出しになってしまうこと、です。

①について、ペプタメンは炭水化物、たんぱく質、脂質を吸収しやすい形で含んでおり、消化吸収能が低下した患者さんにも使用できる消化態栄養剤で、長期絶食の方にも適しています。救急の現場での早期経腸栄養開始時(入室後24-48時間以内)にも使用されています。またPEGのクリニカルパスでもGFOの使用がいましたが、胃瘻増設される患者さんはその前に経鼻で栄養剤を投与されていることがほとんどなので、ペプタメンからの開始で十分だと判断しました。今後PEGパスもGFOからペプタメンへ変更の方針です。

②については、当院での必要性を検討した上で、経済面も考えて栄養剤の選択を行う必要があるため、今回このような結果となりました。

