

以前、私が外来の栄養指導や特定保健指導をしていた頃は、糖尿病・肥満・メタボリックシンドロームの患者さんがほとんどで、食べ過ぎや飲み過ぎを是正するために制限をする指導が中心でした。

現在は在宅診療所に勤務し、訪問栄養指導をしていますが、依頼が来る患者さんは低栄養や嚥下障害など食べられなくて困っている方が大半です。いかに効率良く栄養を摂るかが軸となり、指導の方向は外来の頃と180°変わりました。

しかし、共通していることは、制限があっても障害があっても、工夫することでこれまで食べられなかった物が食べられるようになるということです。禁止することは簡単ですが、その方にとっては日々の生活や楽しみが大きく左右されることになるかもしれません。糖尿病だからケーキは駄目、嚥下障害があるからステーキは駄目ではなく、食べたい物をどうしたら食べられるかを考え、叶えてあげられることは管理栄養士の強みだと思います。

食べることは単に栄養を摂るためだけではなく、楽しみやコミュニケーションの手段でもあります。私は食べるのが好きだったので管理栄養士になりました。食を通して1人でも多くの人を笑顔にしたいという思いで日々奮闘しています。



(管理栄養士
林 裕子)

とろみ材の使い方

③よく聞かれるとろみ材の質問

今回は、とろみ材でこんなことができますというお話です。

Q1：牛乳や栄養剤にとろみをつけるコツはありますか？・・・A：ハンドミキサーのようなもので高速攪拌させると最終粘度に速く到達します。

Q2：炭酸飲料にとろみをつけられますか？・・・A：少量の炭酸飲料をコップに入れて、とろみ材を溶かします。溶かした後に、炭酸飲料を加え、粘度が均一になるように混ぜる、もしくは、ペットボトルから少量液体を捨ててペットボトルにとろみ材を入れます。ふたをしっかりと閉めて、とろみ材が溶けるようにしっかりと振り、その後、1時間ほど冷蔵庫で冷やし炭酸を落ち着かせると炭酸とろみが出来ます。

Q3：お酒にとろみをつけられますか？・・・A：基本的に溶ければ大丈夫ですが、とろみ材によっては、焼酎のロックや日本酒で全く溶けず難しい場合もあるようです。その場合、熱燗や水割りで溶解可能となる場合があります。

メーカーごとに添加量や得意・不得意も違いますので、各社へ問い合わせをしてみてください。

3回に渡り、とろみ材について書かせて頂きました。字数の関係もあり、情報としては不十分かと思いますが、今後新食研さんで開催されるイベントで実演を含めた補完が出来れば幸いです。(メーカー 國井誠)

これからの在宅訪問栄養指導 武蔵野栄養専門学校 板垣 裕

新宿食支援研究会ワーキンググループである「エイヨ新宿」は、今年の「医療、介護保険同時改定」「地域栄養士がどこにいて、どんな活動を行い、何ができるのか？」に注目し食支援活動を行ってきました。

施設や在宅では、高齢化により、摂食嚥下障害や疾病の方を支える栄養食事管理体制の構築が重要で、食形態に配慮した食事の情報が必要ですが、病院と在宅、介護施設連携が難しく、実際には取り組めていないのが現状でした。「嚥下学会分類 2013」においても、施設や病院間では食形態に統一がなされておらず、施設ごとに異なる名称や段階をつくってしまっています。

しかし、栄養情報提供書等の記載に食形態が必要であり、在宅への申し送りにも必要です。

在宅訪問栄養指導では、栄養の問題点、栄養ケア計画の作成、多職種(主治医、歯科医師、看護師、リハビリスタッフ)に相談や評価を行い、それをケアマネジャーに報告していきます。特に、口腔内の問題が解決すれば、食事摂取量も増えることが多いので、食事摂取量と必要栄養量のチェックもしてい

きます。

『低栄養=たんぱく質量』は、アミノ酸バランスが悪いと血液中のアミノ酸の不足や、免疫力の低下が起こります。また糖質不足は、たんぱく質をエネルギーとして消費し、本来の機能を奪うことにもなります。他にビタミン、ミネラルなどの判断も必要です。
⇒ 在宅訪問栄養指導は医療保険、介護保険で対応しており、料金は1割負担で530円となっています。現在は、医療機関(病院・クリニック・診療所)の管理栄養士が算定されます。

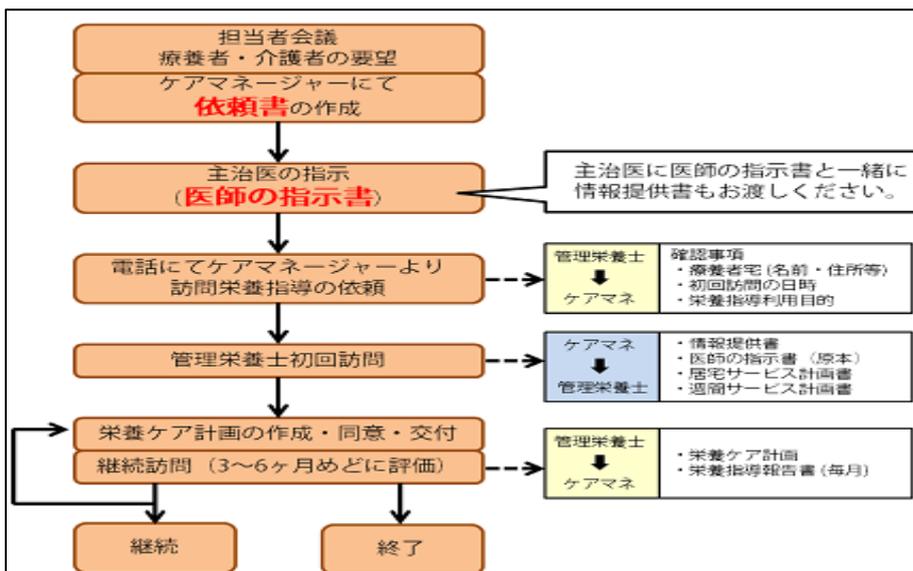
～これからの在宅訪問栄養指導とは？～

薬局の管理栄養士が増えております。通常、薬局では、薬剤師の居宅療養管理指導(在宅薬剤指導)が行われていますが、将来、薬局が在宅訪問栄養指導を行い、栄養改善を図って患者のQOLが向上すれば、国として算定要件を見直す可能性が考えられます。

～その他の取り組み～

〈日本栄養士会の取り組みは？〉

認定栄養ケアステーションの設置
⇒ 都道府県、歯科、居宅、薬局などに作り連携をしていきます。



〈通所介護・通所リハの栄養改善加算/スクリーニング加算とは？〉

外部との連携により管理栄養士による栄養改善加算と、グループホームでは栄養スクリーニング加算が新設されました。