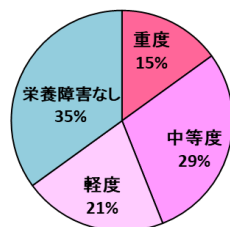


回復期リハビリテーション病棟における 管理栄養士の役割について

今回は、回復期リハビリテーション（以下、リハビリ）病棟における管理栄養士の役割についてお話したいと思います。当院は、3月より全病棟を回復期リハビリ病棟へ機能転換をしました。それと同時に4月から管理栄養士の病棟担当制を取り入れ、患者様のより身近で栄養管理をおこなっています。

【回復期病棟における栄養障害の状況】



回復期リハビリ病棟協会の調査では、約65%の患者様に何らかの栄養障害が認められました。リハビリは、栄養状態の悪い中でいくらやっても十分な効果は上がりません。

栄養不足のままリハビリを行うとかえって栄養状態の悪化や体力・筋力の低下につながってしまいます。そこで、私たちは、患者様の喫食量のチェック、体重測定・検査データなどによる栄養評価や嚥下状態にあった食形態の紹介、経管栄養や栄養補助食品の提案をしています。

○食欲不振の方には

食欲が落ちて主食のお粥だけは召し上がれるという方は結構いらっしゃいます。硬めの粥にプロテインと中鎖脂肪酸を加えると、とても栄養価の高いお粥を提供できます。味は、無味無臭なので違和感なく召し上がって頂けます。



MCT オイル 12g パウダー1.5g プロテイン 3g(お粥 1杯 (220g) 156 kcalが 更に 130 kcalアップ)を、温めて飲んで頂きます。

○甘いものは苦手

栄養補助飲料というと甘い物が多いので、甘味の少ない『Soup 和風鰹だし味』や『コンソメスープ味』を温めて飲んで頂いています。

【退院時の栄養指導について】

患者様が退院後にも安心して食生活が送れるように主治医、看護師、言語聴覚士や社会福祉士などのスタッフと連携をとりそれぞれの病状や嚥下状況、生活環境に沿った食事づくりをお話ししています。

『きざみ食』や『ペースト食』などの嚥下調整食は、試食などを交えて食感、味付けを覚えて頂く場合があります。そして、調理が難しい方には、惣菜の選び方のポイントや配食弁当を紹介させて頂いています。

○刻み食の作り方



おかず・とろみ調味剤・だし汁をミキサーと一緒に加減を見ながらミキシングします。芋類などは、食材からとろみが出ます。加えるとろみ調整剤の加減が必要です。

○お弁当・惣菜の選び方

スーパーやコンビニにはいろんな美味しそうなお弁当やおかずがパックに入って並んでいます。しかし、これらは、塩分や油が多い傾向にあります。できるだけ揚げ物、炒め物、煮物、和え物、サラダなど変化にとんだ調理法のおかずを選ぶようにしましょう。

○食事は健康への第1歩

私たち管理栄養士は、リハビリの効果が上がるように、今後も他職種スタッフとともに患者様の栄養を支えていきたいと考えています。

栄養科 藤原順子

