2015

次世代を生き抜く管理栄養士・栄養士をめざそう

October 抜き刷り版



川崎医科大学附属病院 栄養部 部長 市川和子 (岡山県倉敷市)

川崎医科大学附属病院 栄養部 部長 市川和子 (岡山県倉敷市)

満足度の向上の両立を図る川﨑医科大学附属病院の取り組みを紹介する。 たんぱく質制限などきびしい条件が伴う腎臓病患者の食事コントロール |腎臓病食品分類表|| や「粉飴」を有効に活用し、栄養業務の効率化と患者



効果的な栄養指導を実践 「腎臓病食品分類表」を用いて

栄養指導に有効なツールの1つ

味料を選択することが重要となる。その 際、多くの管理栄養士が活用しているの ど、複雑な条件のなかで適切に食品や調 が腎臓病食品交換表だ。 んぱく質の制限やエネルギー量の確保な 腎臓病患者の食事コントロールは、 た

調整すべき食品が視覚から伝えられる 「腎臓病食品分類表」

 0 km、表3が50km、表4が30km。また、

分類されている。表1~4の食品は「た 4)、たんぱく質を含まないでエネル んぱく質を含む食品(I群:表1 食品の重量が表示されている。 表5・6はエネルギー100㎞あたりの たりの平均エネルギーは表1・2が15 んぱく質3g=1単位」とし、1単位あ ギー源となる食品(Ⅱ群:表5・6)に 腎臓病食品交換表は周知のとおり、た 5

> 流れである。 5・6の食品で補うというのが一般的な 行う。そしてエネルギーの不足分を表 分された単位についてエネルギー計算を 量が何単位になるかを計算し、さらに配 もとに、医師から指示されたたんぱく質 管理栄養士はこの腎臓病食品交換表を

ろうか。 り、満足度の高い指導につなげられなく 識しすぎて栄養計算に捉われがちにな 養指導ついて模索しているのではないだ 養管理を担う現場の多くは、効果的な栄 なるといったケースも見受けられる。栄 しかし、栄養指導の際に「制限」を意

県倉敷市)の事例を見てみよう。 それでは川崎医科大学附属病院 1182床という病床数からも分かる (岡山

ように、同院では患者の病態や栄養状態

は多岐にわたり、

栄養部が病棟から指示

題解決策として同院では腎臓病食品交換表 条件や面倒な栄養計算を伴うが、その問 臓病患者の食事コントロールには複雑な 患者は約150件/月。前述のように腎 000件/月にのぼり、そのうち腎臓病 される食事の種類は、常食・治療食を合 をアレンジした「腎臓病食品分類表」 の栄養管理および栄養指導の件数も約1 に患者の病態や栄養状態を適切に評価 わせて約200種/食。管理栄養士は常 して必要な栄養ケアに努めている。患者 し、疾病の治療から合併症の予防を目指 (表)を活用している。

その言葉どおり、面倒だった栄養計算も が必要か一目で分かります」と市川氏。 記。各食品に記されたg数は、I群はた の表1~6を円グラフ状の図表に変換 前に監修したもので、腎臓病食品交換表 にもつなげられる。 スムーズに行なえるなど、業務の効率化 しているので、どの食品グループの調整 しました。食品のイラストも併せて表記 100㎞を含む重量が表示されている。 んぱく質3g(1単位)、Ⅱ群はエネルギー し、各表に該当する食品をイラストで表 「表1~6、Ⅰ群・Ⅱ群を整理・色分け これは同部部長の市川和子氏が約15年

らも利便性の高いツールと言えるだろう。 期待できるという。患者満足度の観点か を用いて視覚から訴えることによって、 意識がより深まり、継続遂行への効果も 患者は自身の食事コントロールに対する また、栄養指導の際にこの食品分類表

撮影:木村哲也

低栄養状態の対応策として 粉飴」でエネルギーを確保

食事コント

口

1

ル

を実践して

やすく低栄養状態に陥るリスクが高 病患者は、 質 エネルギー 0 摂 取 量を制限された腎臓 の摂取量が不足し

は、 る。 るよう献立作成にも工夫が必要となる。 食事や間食でエネルギーを確保でき 粉飴は澱粉からつくられた糖質 て同院では した低栄養状態の 「粉飴」 患者への を活用して

いくうえで だが、 たり はほ 質、 0 % とんど含まれて Ó エネル 質、 エネル 味は砂糖の5分の ナトリ ギー ギー ・は砂 ゥ 補 4 給食品 11 な IJ 11 Ź で、 1 $0 \\ 0$ カリ たんぱく

飯

0)

違

和感はほとんどな

親や

寿

調理の際に大量に使用しても味 糖と同じ388 1程度と非常 g ゥ

対応策 $\stackrel{\frown}{0}$

正辭 品 食 る ts バター15g ドレッシング25g (コシビニサラダ用 MCT ご飯120g (小茶碗1杯) MCTパウダ-(1袋) ⁾ もち70g (切りもち1½切れ) ドレッシング1袋) [JoR] 植物油10g (小さじ2 2 杯) 生クリーム(高脂肪) 高脂肪25g ゆでうどん120g $(\frac{1}{2} \pm)$ 食パン30 (6枚切り¹/₂ 49 (大さじ1と小さじ2) 小麦粉40g (大さじ5杯) ØY) (n) ズ15g 砂糖25g (大さじ2³4 弱) (大さじ1と小さじ 3 10 迴 ゆでそば60g (3玉) ゆでスパゲティ ピーナッツ10g (10粒) 60g 41 真 みかん430g (中5個) (大さじ2頭) 表6 表1 はるさめ あめ玉25g (5個) 30g 41 # 表5 オレンジ ジュース240ml (スリム缶1本) 表2 # さつまいも250g (大1本) ₩齢26g (大さじ4½) バナナ270g (中1本100g) 表3 じゃがいも 190g (中2個弱) 表4 * H たこ20g 60 鶏卵25g (小½個) いわし15g (中 🖥 尾) かまぼこ25g (小2切れ) かまぼこ 野菜100g ほんまぐろ(赤身)10g (刺身1切れ) えび15g (小1尾) 45g さけ15g (中切り身-切れ) たんぱく質が少ない 野菜300g 納豆20g 小₂パック) (1枚) 牛肉20g 豚肉15g ウィシナー2! (11本) -25g プロセスチース 15g(1切れ) 鶏肉ささみ15g (中¹/₂本) 牛乳90ml (コップ ½ 杯) Ξ. ヨーグルト(全脂無糖) 80g(小パック1弱) 副 菜 I群·II群:表記のg数は 腎臓病食品分類表のしくみ ともに可食部の重量を記載しています。 1単位 150kcal ごはん、パン、麺 表1 1単位 果実、種実、いも 表 2 150kcal たんぱく質を含む食品 I群 食品イラストのg数:たんぱく質3g(1単位) 表3 1単位 野菜 50kcal 卵、肉、魚、豆、乳とその製品 表4 1単位 30kcal

腎臓病食品分類表

たんぱく質を含まない食品 表5 砂糖、甘味料、ジャム、粉飴

表6

油脂

〈参考資料〉腎臓病食品交換表 第8版 医歯薬出版

食品イラストのg数:100kcalを含む量

Ⅱ群

川崎医科大学附属病院 栄養部

ラから抹茶、 ラ粉飴を用いた ラムレーズンなど多彩なフーニー レは -バ ニ 番 - で展

Ó て 人生に寄り添 いかなければ 1

向け 係を築い 患を抱える患者のエネルギー ピを考案。 粉飴を用いたさまざまなオリジナル 氏は話しており、 手な高齢の患者さんに最適です」と市 おひとり 食 と力強く語る市川氏。 事 勉強会や試食会にも力を注ぎ、 のアプローチも強化してい は定評があり、 コ ント ·困難、 なかでも 口 栄養部ではこれまでに サ ル は、 ルコペニアなどの 「川崎オリジナ 腎臓病以外に 患者さんお いながら 継続できま 今後は患者 補給に有 く構え 人間 ル レ せ 関

エネル る糖尿病性腎症の患者さんや、 粉飴 などの ギーを摂取することができる。 1 の量を増やすことなく効果 プ、 主 長年甘いものを控え続けて 食、 デ ザ 煮物や トまで汎用性 炒 め物などの 油分が苦 的 は 高

あなたの1日の食品目安量

	身長	cm
身体状況	体重	Kg
	標準体重	Kg
	エネルギー	kcal
	たんぱく質	g
指示栄養素量	食塩	g
素量	水分	ml
	カリウム制限	
	リン制限	

食品分類		単位	食品例	目安量	朝	昼	間食	タ
たんぱく質を含む食品	表 1		米飯 パン 麺類					
	表 2		果実類 芋類 種実類					
	表3		野菜類					
	表 4		肉類 魚介類 卵類 大豆製品 乳製品					
エネルギー源	表5		砂糖 でんぷん類 粉飴					
たんぱく質を含まない食品エネルギー源となる食品	表 6		油脂類					
その他								
調味料		3						

料理や飲み物にサッと溶ける

粉飴

"粉飴"はデンプンを分解したもので、マルト デキストリンを主成分とした甘みが低い糖質 です。長年、医療機関でエネルギー補給用 食品として、使用されております。

たんぱく質

低甘味

384 kcal ※100gあたり

全2種 分包(13g×40包)



たんぱく質を制限されている方、高齢者の 方、また固い物が食べづらい方へのエネ ルギー補給用食品"粉飴ゼリー"なめらかで 口溶けがよく、すっきりした甘さが特長です。

160 kcal

食物繊維

コーヒー味 ぶどう味 全6種 りんご味

ぶどう味

オレンジ味 **1** もも味

粉飴ゼリー コーヒー味 内容量:82g

こなあめ

なめらかで口溶けの良い

"粉飴ゼリー"より、さらにやわらかい(嚥下 ピラミッドL1/学会分類2013コード1j) 食感の"粉飴ムース"。容量も58gと食べ 切りサイズのデザートです。

たんぱく質 全8種

160 kca

トランス脂肪酸

パイナップル味 ラ・フランス味

ブルーベリー味) (ヨーグルト味)

こなあめ

粉飴ムース マンゴー味 内容量:58g

★粉飴ムースのご用命は全国病院用食材卸売業協同組合加盟店へ。

いちご味

●パッケージデザイン等は予告なく変更されることがあります。



株式会社 H+Bライフサイエンス

http://www.hb-life.jp/

〒101-0045 東京都千代田区神田鍛冶町3-6-1 神田千歳C50ビル2F

お気軽にお問い合わせください。

tel.03-5298-8188 9:00~17:30(土・日・祝を除く) はるもにあハウス 4

