



いなかみ

2020 冬
vol.16

患者様に寄り添った栄養管理

診療部 栄養課 主任 大村 弥生

栄養課では、食事の提供・栄養管理を行っています。食事については1日1500食以上を提供しています。

管理栄養士が実際に患者様の食事摂取状況や身体状況を確認し、一人ひとりに合った栄養計画を立案し、定期的に行われる多職種カンファレンス等で食事内容を検討します。栄養状態維持や改善のために、十分な食事を摂って欲しいけれど、身体状況など様々な理由から十分に食べることができない場合は、食事量が多すぎて食べることが負担となってしまうよう、ご本人の無理のない範囲で、本来の食事の楽しみを味わってもらえるよう配慮しています。

また、咀嚼・嚥下機能が低下していると誤嚥のリスクが伴います。咀嚼・嚥下機能レベルに合わせ、「日本摂食・嚥下リハビリテーション学会嚥下調整食分類 2013」をもとに設定した嚥下調整食を提供しています。

当院では長期入院の方が多いため、患者様に寄り添った温かな家庭料理を提供することを心掛け、可能な限り患者様からの要望にもお応え

しています。人気のメニューは麺類で、麺類だけでもうどん・そば・ラーメン・スパゲティ・焼きそばなど、なるべく飽きがこないよう種類豊富に提供するよう心掛けています。また、お祝い事や四季折々の行事食も提供しています。

以前、患者様のご家族からいただいた言葉で次のようなものがありました。その患者様は認知症を患っており、面会するご家族のこともよくわからない状況でしたが、病院の食事で食べたものはよく覚えていて、ご家族が面会にいらっしゃるとまず一番初めに、「今日の食事の何と何がおいしかったよ」と、いつも嬉しそうに話してくれる、というものでした。

実際は食事の内容だけでなく、食べることさえもわからない場合もあると思います。ですが、好きなものやおいしいものが食べたい、食事を楽しみとする気持ちは、皆一生心の中に存在しているのだと感じました。食事を提供する職員一同、召し上がっていただく皆様の想いを常に意識した食事提供を心掛けていきたいです。

今回のトピックス

栄養課



栄養課の主な取り組み

当院の患者様は、精神的な疾患で入院される方がほとんどですが、中には身体的な疾患を併せてお持ちの患者様もおられますので、管理栄養士が病棟へお伺いし、患者様の声に耳を傾け、少しでも美味しく食べていただけるよう工夫をしています。四季折々の行事食や家庭的なメニューを取り入れながら、一般食はもちろんのこと、特別治療食や飲み込むことが難しい患者様にも、形態を調節した食事をご用意しております。

入院中も食事をしっかり召し上がっていただき、患者様がより充実した入院生活を送れるよう、医師や看護師、理学療法士や作業療法士、言語聴覚士、薬剤師など患者様に関わる全ての職種とともに、患者様一人ひとりに適した栄養管理を心掛けています。

食事内容

- ・一般食
- ・特別食（食事による治療を要する方の食事）
糖尿病食・脂質異常症食・腎臓食・心臓食・肝臓食・貧血食・胃潰瘍食 等
- ・個別対応食（アレルギー食等）

・食事形態

- 常食（噛むことができる場合の食事）
- 全粥食（歯茎で潰せる程度の食事：柔らかいが形のある食事）
- きざみ食（噛むことが困難な場合の食事：全粥食を刻んだもの）
- ミキサー食（噛むこと・飲み込むことが困難な場合の食事：なめらかなペースト状）
- 流動食（経口または鼻腔・胃瘻等から摂取する液体の食事）

1回500食以上、1日1500食以上対応

・行事食

お正月・ひな祭り・敬老の日・クリスマス・他国民の祝日等



配膳車の様子



多職種カンファレンス



富岡市ご当地メニュー
ホルモン揚げ



行事食（クリスマス）



バイキング給食（クリスマス）
精神科デイケアにて

大和会スタッフ紹介

管理栄養士 あらい まな
新井 茉奈 さん

「管理栄養士」とは

病気を患っている方や高齢で食事がとりづらくなっている方、健康な方一人ひとりに合わせて、専門的な知識と技術を持って栄養指導や給食管理、栄養管理を行います。

乳幼児期から高齢期まであらゆるライフステージで、個人や集団に食事や栄養についてアドバイスをしたり、特定給食施設等で献立を立てて食事を提供したり、栄養状態の管理を行い、皆さんの健康を食と栄養の専門職としてサポートしています。

おいしく（嗜好）・安全（食事形態・衛生的）な食事と、一人ひとりに合った栄養管理を心掛けています。そのためには、栄養課内だけでなく、医師・看護師・薬剤師・リハビリ職員等多職種との連携は欠かせません。



患者様に満足のいく食事を提供できるよう 多職種で話し合い改善しています。

この仕事を知ったきっかけ

中学生から約10年間陸上の長距離選手として活動し、この間何度も貧血に悩まされました。栄養への知識が未熟だった中高生の頃は、とにかく薬を飲めば治ると思い薬だけに頼る競技生活でした。しかし、大学時代、寮生活をしていた時に、専属の管理栄養士の方の指導を受け、私達人間は、薬でいくら栄養を与えても吸収できる量は決まっていることや、過剰摂取になることで更なる害があることを教えていただきました。そこで、長期間競技を続けていくうえで、いかに日々の食事が大切であるのかを知り、管理栄養士という仕事に魅力を感じるようになりました。



病院管理栄養士を目指した理由は、病院実習を通して病院には様々な疾患を持った患者様がいて1人ひとりに合った食事療法がとても大切であることを学んだからです。食事はすべての治療の基本となること、そして入院生活での唯一の楽しみが食事ということをお患者さんから教えていただき、少しでも食事の時間が楽しいと思えるような食事提供を私もしたいと思ったからです。西毛病院は、長期入院をされる患者さんが多くいます。行事食はもちろん、刺身やオムライス・カレー・ラーメン・スパゲティなどの患者さんが食事を楽しんでもらえるような工夫がされている点がとても魅力的です。

仕事についての「想い」

現在の主な仕事は、病棟訪問や食数管理を行っていません。病棟でのラウンドでは、患者さんに声かけをしながら、提供されている食事が全量食べられているのか、患者さんのお口に合うものなのか、嗜好に関するだけでなく食べやすい形状なのかをお患者さんから聞き取ったり、お話を上手く出来ない患者さんもいらっしゃいますので、様子を伺うようにしています。嗜好に関することは特に、すべてを反映させることは厳しいこともありますが、出来る限り患者さん1人ひとりに満足のいく食事を提供できるように、多職種で話し合い改善しています。そして、なかなか食事を食べる事の出来なかった患者さんが食事を食べられるようになったり、美味しかったよとってくださることはとても嬉しいことです。ミールラウンドやカンファレンスも、限られた時間のなかで、対話や議論をします。相手は患者さんであったり多職種だったりしますが、どうしたら効率よく相手に伝えることができるのかを常に考え行動するように心がけています。医療は常に進歩していくので、勉強の日々ではありますが、とてもやりがいのある仕事だと感じています。そして、今後は食事を通してたくさんの患者さんに喜んでもらえるような季節感を感じられるメニュー、長期にわたって入院生活を送られる方もいらっしゃると思いますので飽きのこないメニューを考案したり作成する業務にも挑戦してみたいです。



寒さに負けない体作りをしましょう

寒い時期になると、手先や足先の冷えが気になってきますね。また、抵抗力の低下や肌荒れなど多くの症状がでてきます。そして、「冷えは万病の元」とも言われ、体を温めておくことはとても重要なことです。

冷え性対策をしっかりと行って寒い冬を元気に過ごしましょう。

体を温める食材の紹介



ビタミンE

血液の流れを良くすることでホルモン分泌を調整する働きがあるため、冷え性や肩こりにおすすめです。

〈多く含む食品〉

さつまいも ほうれん草 たらこ など

たんぱく質

丈夫な体をつくり、そのなかでもアミノ酸は体温調節などの自律神経をコントロールしてくれる働きがあります

〈多く含む食品〉

肉 魚 豆腐 納豆 チーズ 卵 など

ビタミンC

鉄分の吸収が良くなり、体の細かな血管機能が保たれ冷え性改善に効果的です。

〈多く含む食品〉

かぼちゃ ブロccoli ほうれん草 など



病院給食にてクリスマスメニューを提供しました

今年は新型コロナウイルスの関係で面会や外出、レクリエーションの機会が減ってしまったため、少しでも患者様、利用者様に楽しんでいただけるようなメニューにしました。常食の方にはオムライスメニュー、全粥食の方にはマグロのカルパッチョメニューです。



クリスマス 常食



クリスマス 全粥

編集後記

私自身もときどき栄養課の食事を食べることがありますが、エビフライやハンバーグなど、バリエーションが豊富で毎回楽しみにしています。職員の間ではカレーライスが特に人気ですが、私はまだ食べたことがないので、いつか食べてみたいです。

