



患者さんの治療を「栄養」で支える

# 栄養サポートチーム(NST)の活動



## 総合診療部

医師 山田 高広

### 職員の「栄養」への意識向上のために

私たちNSTが患者さんに栄養計画や介入を行う際に大事にしているのは、先を見通したプランを立てるということです。食事というのは普遍的なものであって、病院にいる間だけでなく、退院後も同じような食生活ができなければ意味がありません。ですから、その方が退院後にどんな場所で生活をし、誰が食事を用意するのかなどを考慮に入れる必要があります。しかし昨今の社会的な背景もあり、一人暮らしの方や高齢者などでは今後の食事をどのようにしていけばよいか、計画を立てるのが難しいケースもあります。これが今後の課題といえるでしょう。

NSTのもう一つの役割は、病院スタッフの

栄養についての理解と周知です。NSTはあくまでサポートの立場であり、こちらが提案した栄養療法の実施は病棟の担当スタッフがいますが、現場は多忙なこともあり、意識疎通がうまくいかなかったり、なかなか実施に至らないことも少なくありません。そこで、院内のスタッフに栄養の重要性を知ってもらい、より多くの情報や知識を得られるよう、勉強会なども開いています。

栄養は、ときに薬以上に患者さんに生きる力を与えます。NSTという存在が不要になるくらい、1人ひとりが栄養への高い意識を持ち、患者さんに接することができるようになれば、それが理想ですね。

## 看護部

看護師 師長 石川 幹子



### 患者さんの「食べたい」気持ちに寄り添って

当院の栄養サポートチームの発足から11年になりますが、できるだけ、患者さんの「命の質」を尊重し、食べることが難しい人でも「食べたい」という気持ちに寄り添うことを第一に考えて活動してきました。

例えば、嚥下がうまくいかない患者さんが食べたいものがあったとしても、誤嚥防止のために「食べさせない」医療現場も少なくありません。私たちはまず、「どうしたら、どんなものなら食べられるか」を前提にして話し合います。あるときは患者さんから手術後に食べた

いものを伺い、それを病院の近辺で手配するにはどのスーパーがいいのか、それともファミリーレストランか、などと担当医師も巻き込んで話し合ったこともありました。はたからみると医療現場のカンファレンスの話題には思えないかもしれませんが、

「食」という字は、「人」を「良」くすることと書きますが、食べることは人の根本です。どんな状態の患者さんであっても「食べたい」という気持ちがあれば、その希望を叶えるのも、私たちの大切な役割の一つだと考えています。

## 栄養部

管理栄養士 山本 恵美

### 栄養サポートは「治療」の一環として取り組んでいます

栄養サポートチームの中でも栄養士は要となる職種でもあり、その役割は様々です。担当医師や看護師から問題点や改善したい点を聞き取り、患者さんからも話を伺って病状や体格、これまでの食生活などを把握し、その方にどれくらいの栄養が必要なのか、基本的なプランの提案を行います。

食事の介入などが始まった患者さんに食事は食べやすいか、栄養の摂取がうまくいっているか確認したり、どうしても食べられない場合には、調理法や材料・献立を変えたりするなどの調整をしたりします。高齢の方などは、環境の変化やけがで動けなくなって食

持ちが落ち込み食べられなくなったりするので、担当の看護師との連携も欠かせません。食べ物や献立に関すること以外にも、手術後などで口から食べられない方が栄養不足にならないよう点滴などの内容や組み合わせをチーム薬剤師中心に話し合ったり、患者さんやご家族に対する退院後の食事について、栄養指導も重要です。

栄養療法や栄養指導というと、ただの「食事」と捉えられがちですが、病気の回復を左右する治療の一つです。患者さんの治療の選択肢を広げるために、今後もできる限りの支援をしていきたいと考えています。

### くすりの耳寄り情報

## 百薬の聴



### 薬の正しい飲み方

薬は飲みやすさや効果を高めるため様々な工夫がされているので、砕いたり噛んだりしないでください。薬によっては、胃で分解して効果がなくなったり、胃で溶

けて胃障害を起こしたり、逆に効果が強く出すぎたりする可能性があるからです。薬を安全かつ有効に使うために、正しい飲み方を守りましょう。

薬剤部 薬剤師 栗原 香織

# 医療最前線

## 人工聴覚器で聴覚を取り戻す「齢のせいと決めつけないで！」

耳鼻咽喉科診療部長 小森 学

日本は超高齢社会に突入し、平均寿命は80歳を超え健康寿命も70歳を超える時代になっています。一方で65~74歳の3人に1人、75歳以上では約半数が難聴に悩んでいるといわれています。最近では著名な医学雑誌で「45歳以上の難聴は認知症のリスクが高まる」「高齢者の難聴を放置すると認知症だけでなく、うつ病や転倒リスクが高くなり医療費増大に繋がる」といった報告がなされています。

高齢者の難聴の多くは老化に伴う加齢性難聴ですが、中耳炎による「伝音難聴」、遺伝子に伴う「感音難聴」などもあります。これらは鼓室形成術な



どで治療できる場合もあり、補聴器も正しい知識とリハビリテーションを行えば非常に有用です。

補聴器の装着効果が乏しい場合、例えば高度感音難聴には人工内耳手術、中耳炎などで何度も手術を行っても聴力が戻らない場合には人工中耳、あるいは埋込型骨導補聴器といった人工聴覚器手術などもあります。

手術には聴力や耳の状態などの条件が必要ですが、最近では元気な方が多いため80歳を超える方にも積極的に治療を行うことが多くなっています。私は最高85歳の方の人工内耳手術を行いました。90歳を超えた今も

元気になっており

ます。聴こえるということは生活の質そのものに関わります。当院では小児難聴から高齢の方の難聴まで幅広く扱っております。お悩みの方は一度お気軽にご相談ください。

## 第3の星

今回は 患者・家族相談窓口の 清武万貴 看護主任

### 「院内で一番声をかけやすい医療者」でありたい

穏やかな笑みを浮かべて入口の総合案内に立つ清武さん。「患者・家族相談窓口」担当看護師として、患者さんやそのご家族の相談を一手に引き受ける存在です。どの科にかかればよいか、入院や手術・治療などについてどこで相談すればよいか、先生に何を質問すればよいかなど、相談事は実に様々。「医療に対する疑問や不安、不満や『セカンドオピニオンを受けたいのだけれど』といった相談も伺います。病院側の考えがきちんと患者さんに伝わっていないことも多いので、両者をつなぐ架け橋になればうれしいですね」と清武さん。院内で困りごとがあるときは、ぜひ気軽に相談してみてください。



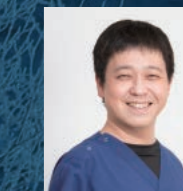
院内所 患者さん

## 公開健康セミナー

皆様からの関心の高いトピックについて、専門医がていねいにお話いたします。ご参加希望の方は、当日、直接会場へお越しください。(先着200名・事前申込不要・受講無料)

### 血液サラサラにする薬・骨粗鬆症治療薬と歯科治療について

日時:平成31年2月23日(土) 14:00~15:00  
会場:看護学科1階大講堂



講師: 入江 功 (歯科)

【講師からのメッセージ】  
歯科を受診される患者さんの中には、血栓塞栓症や心筋梗塞・脳梗塞などの疾患のために抗血栓薬を服用されている方も少なくありません。従来はこうした方が抜歯をする際には、抗血栓薬を中断したり減らしたりすることが一般的でした。しかし最近では、薬の中断や減量によって病気が重篤化する危険性が指摘されるようになってきました。  
一方で、骨粗しょう症の患者さんの多くが服用されているビスホスホネート製剤については、抜歯によって顎骨の壊死が起きるとの報告があり、その頻度も決して低いとは言えません。今回は、これら抜歯の際に注意が必要と言われている薬についての最新の情報と当院の方針などについてお話ししたいと思います。



# 旬のひと皿

春菊は鍋料理に欠かせない材料の一つとして、寒い季節には食卓に登場する機会も多いのではないのでしょうか。ビタミンやカロチン、カルシウム、鉄、食物繊維などが豊富な緑黄色野菜の代表格だけに、もっと日頃から様々なメニューで活用したいもの。そこで今回は春菊のたっぷり入った卵蒸しをご紹介します。ゆでた春菊とにんじんを入れた卵液をかき混ぜながら蒸すだけ。油脂を使わないので、体重コントロールが必要な方にもおすすめです。冬が盛りの春菊の香りとタンパク源である卵の風味で、美味しく食べて冬を過ごしましょう。



## 春菊入り三色卵蒸し

①春菊、にんじんはみじん切りにし、それぞれゆでる。②卵を溶いて、しょう油、砂糖、塩、だし汁と春菊、にんじんを混ぜる。③具材を耐熱の器(陶器のものなど)に入れ、お湯を張った鍋などで蒸す。④8分程度蒸したら一度中身をかき混ぜ、再度8分程度蒸す。⑤中まで火が通り、固まっていたら取り出し、器から出して好みの大きさに切ってできあがり。  
※蒸すと膨れるので器は余裕のあるものを使用してください。  
※器にラップ(耐熱)を敷いて置くと簡単に器から取り出せます。

今日の 2019 WINTER

食材

春菊



## Recipe (2人分)

栄養量(2人分) エネルギー:195kcal/たんぱく質:14.3g / 脂質:10.5g / 炭水化物:9.9g / 食物繊維:2.4g / 食塩相当量:2.3g

濃口しょう油	小さじ1
砂糖	小さじ1
塩	1g
	(小さじ1/5)
だし汁	大さじ1
(顆粒のだしの素を使う場合は水大さじ1杯にひとつまみくらい)	
卵	100g(2個)
春菊	60g 2本程度
にんじん	20g
	小2/5本程度

レシピ作成・監修:第三病院栄養部監修 管理栄養士 友野 義晴

慈恵第三病院と患者さんをつなぐ情報誌

# TOMONI

と も の に

2019 WINTER

vol. 6

特集

患者さんの治療を「栄養」で支える

## 栄養サポートチームの活動

医療最前線  
TOPICS

口いっぱい広がる冬の香り

春菊の緑がぐんと深くなったら、寒さ到来のサイン。口に含むと広がる独特の香りも、いっそう際立ちます。わずかに感じるほろ苦さを卵といっしょに蒸すことでまろやかに。冬の味わいをたっぷり楽しんでください。

## 患者さんの声にお答えします！

患者さんから寄せられたご質問やご要望をご紹介します、当院の取り組みについてご説明します。

### VOICE 1

バスロータリーの横断歩道がかすれて見えにくいところがあります。

### 当院の取り組み

該当箇所は、過去に横断歩道の表示を上からペンキで消した部分で、車両の通行によってペイント部分が剥がれ、旧横断歩道の表示が浮き出てしまったものです。平成30年7月に工事をを行い、車道と同色のペイントを施しました。貴重なご指摘をいただき、ありがとうございました。



### VOICE 2

患者の外来食堂のテーブルは、車イス利用者には高すぎます。専用のテーブルなど配慮していただけませんか。

### 当院の取り組み

ご意見につきましては、関係職員の間で周知させていただきました。外来食堂は様々な方が利用されるため、一律な対応が難しいのが現状です。車イスのままご利用の場合は、テーブルの脚部の違いを考慮し、車椅子の入りやすいテーブルにご案内するとともに、ご希望の方には背もたれ用のクッションをお貸しするなどのサービスを行っております。



東京慈恵会医科大学附属 第三病院

〒201-8601 東京都狛江市 和泉本町4丁目11-1

〈受付時間〉8:00-11:30 〈診療時間〉8:45~

〈休診日〉日曜・祝日・大学記念日(5/1、10/15)、年末年始(12/30~1/4)

〈お問い合わせ〉03-3480-1151(大代表)、<http://www.jikei.ac.jp/hospital/daisan/index.html>

発行:東京慈恵会医科大学附属第三病院広報委員会

作:第三病院栄養部

empathy based medicine

栄養サポートチームの重要性を理解していただくために

院長 中村 敬



皆様、明けましておめでとうございます。

2019年の年頭にあたり、当院情報誌「TOMONI」第6号をお届けします。

本誌は「共感と思いやりにもとづく医療」を推進する当院の取組みや最新の診療情報を皆様にお知らせする手立てとして2016年9月に発刊以来、ご好評を頂いております。

今号では当院の栄養サポートチーム(NST)について特集しました。NSTは医師、看護師、栄養士など多職種

によって構成され、胃腸の手術を受けた患者さんの栄養管理、ご高齢の方の低栄養状態の改善法、嚥下が困難な患者さんへの対策など、担当の医師やナースから寄せられる様々な相談に応じております。

この特集を通してNSTの日頃の活動を紹介させていただきますので、ぜひご一読ください。



患者さんの「治る力」をバックアップ  
栄養サポートチームの役割

副院長 総合診療部診療部長 平本 淳

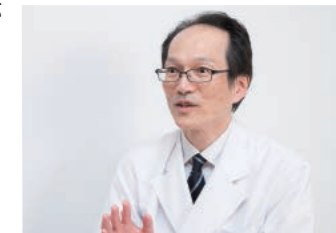


栄養サポートチーム(Nutrition Support Team 以下NST)は、栄養状態の不良な患者さんを対象に、主治医や看護師からの依頼に基づき、栄養療法の提案を行うことを目的とした医療チームです。

病気を治すというと手術や薬に注目が集まりがちですが、最も大切なのはその人の「治る力」であり、その基本となるものは何と言っても「栄養」です。栄養状態がよくなれば、どんなに治療をしても病気が治りにくだけでなく、例えば、手術後に合併症や感染症を起こしたり、手術などの際に縫合不全になりやすいなど、様々なリスクも高くなります。

しかしながら、一般的に医師の多くは臨床栄養の専門性はそれほど高くなく、また職務上患者さんと接する時間も少ないため、栄養面の問題を主治医のみでカバーすることは容易ではありません。そこで、個々の患者さんに、より適切な栄養療法が行われるよう、医師のほか、患者さんと接する機会が最も多い看護師、栄養のエキスパートである管理栄養士、さらに薬剤師、臨床検査技師など、様々な専門メンバーがNSTスタッフとして集まり、活動しています。

緑の下の力持ち的な役割ではありますが、患者さんが1日も早くお家に帰れるよう、スタッフ一同、今後も力を尽くしていく所存です。



The Jikei University