



NST NEWS

H28.1.22
第42号

2016年が始まったよ！
今年もできることからコツコツやっっていこうと思っているので、よろしく！

この度、栄養科では5分軟菜食に新しい食材を導入したのでご紹介します。
キッセイ薬品工業株式会社の『**やわらかあいディッシュ**』という商品で、素材そのものの風味を活かし、色や形、香り、栄養成分にも配慮した“やわらかくなめらかで飲み込みやすい介護食”です。

ムースのような食感ですが、見た目は魚の切り身のように作られています。普段はほぐした魚しか提供できていない5分軟菜食の方に、安全で見た目の良いものを提供し、少しでも食思改善につなげることが出来れば、という思いから使用を開始しました。

鮭、鱈、鯖、ほたて等があり、月に1回からスタートしています。

10月、11月は『**鮭のタルタルソースかけ**』。12月は『**鱈の甘酢あんかけ**』を提供しました。

鮭のタルタルソースかけ



鱈の甘酢あんかけ



数年前より**ムース食**の内容検討をいろいろ行ってはいますが、課題が多くなかなか進んでいないのが現状です。今年度はなんとか取組を形にしたいと考え、まずは**マンパワー面で問題のない市販食品**に目をつけ、メーカーさんにNST勉強会の講師を依頼しました。サンプルの提供も受け、参加した病院スタッフにも試食してもらい意見を聞いて**NSTで採用を決定**しました。

実際提供してみると、元の素材がわかりにくい調理法の食種ですので、魚を意識しやすいと喜んで下さる患者様の声も聞けました。今後、作業工程を工夫して手作りによるコストダウンを図り、咀嚼・嚥下困難食のクオリティーを上げられるよう取り組んでいきたいと思ひます。

当院の栄養管理の現状報告



このところ、NST回診の依頼件数がずいぶん少なくなっています。原因を考えていると、**病棟と栄養科で行う栄養カンファレンス**、また随時行っている**栄養相談**の件数がかなり増えていることに気づきました。NST介入を行うことにより、主治医、病棟スタッフの栄養管理への意識が向上して、“**タイムリーに相談する**”、“**検討を依頼する**”という動きになってきているようです。

アルブミン値の測定件数も徐々に増えてきています。①入院時は必須②入院中は主治医が任意で③NST介入した患者様については必要に応じてNST から主治医に測定依頼しています。オーダーしやすいように検査セットの中にアルブミンを入れてもらった効果もあると思うのですが、『**アルブミン値で栄養状態の確認を**』という考え方が浸透してきたのではないのでしょうか…

【参考値】 アルブミン測定依頼件数・・・2006年度:695件 → 2014年度:2139件

プロバイオティクスとシンバイオティクス

最近、健康情報の中で腸内環境がクローズアップされていますが、当院の患者様の中にも便秘や下痢などの問題をかかえる方がたくさんおられます。そんな折、NSTメンバーが学会で便秘により補助食品の説明を受けサンプルもゲットしてきたので、ついでにメーカーさんを呼んで委員の中で説明会をしてもらいました。これから耳にする機会が多くなりそうな、3つの言葉を中心に勉強しましたのでご紹介します。

今回注目した補助食品『**アイソカルくりん**（メーカー：ネスレ）』

◆特徴◆ゼリータイプ

- ◆1個(66g)に食物繊維（難消化性デキストリン等）7g
- ◆オリゴ糖 1.2g 含む



腸内環境改善へのキーワードと相関図

プロバイオティクス

腸管のバリア機能や免疫力を高める、人体に有益な影響を及ぼす微生物

例) 乳酸菌、ビフィズス菌



プレバイオティクス

消化管上部で分解・吸収されず、善玉菌だけを増やし、腸内細菌叢を整える作用がある（プレバイオティクスのはたらきを助ける物質）

例) オリゴ糖
食物繊維



シンバイオティクス

これら2つを一緒に摂取すること、またはこの両方を含む食品や製剤のことをいい、大腸粘膜の代謝を変化させ、下痢や便秘などの大腸症状を緩和する効果が期待される



ちなみに、当院採用の整腸剤のうち腸内で芽胞を形成する**ミヤBM**（プロバイオティクス）と**くりん**（プレバイオティクス）を併用した場合にシンバイオティクスの効果が期待できることとなります。

※ミヤBMについては第26号（温泉病院ホームページに掲載）をご参照下さい。

簡単に言えば・・・

プロバイオティクスは腸に良い微生物、**プレバイオティクス**は**プロバイオティクス**の餌になったり働きを助けたりする微生物以外のもの。

シンバイオティクスはふたつを一緒に食べたり飲んだりすること。

ちなみに、“シン(syn)”には“一緒に”という意味があるのよ。

