



NST NEWS

栄養補助食品の取り扱いに注意しよう！

2019.4.26

第49号

当院では様々な種類の栄養補助食品を扱っています。摂取量増加や栄養状態改善のために食事内容を調整し、栄養補助食品を付加している患者様も多く、栄養量の確保には欠かせないものになっています。栄養補助食品はエネルギーやタンパク質のみならずビタミン、ミネラルなどが強化されており、継続的な過剰摂取により肝機能などに影響が出てしまう恐れもあります。特に高齢者は代謝機能が低下しており、摂取した栄養素を体内で処理しきれず様々な障害を引き起こす危険性があるため付加する際はそのことも頭においておく必要があります。

どのくらいの摂取で過剰になるの？



“日本人の食事摂取基準”では健康な個人ならびに集団を対象として国民の健康の保持・増進、生活習慣病の予防のために参照するエネルギー及び各栄養素の摂取量の基準が示してあります。高血圧、脂質異常、高血糖、腎機能低下に関しては保健指導レベルにある人までは対象とされていますが、入院されている患者様は状態により耐容上限に満たない場合でも障害を引き起こす場合もあると認識しておきましょう。血液検査等で経過を確認することも重要です。

鉄と亜鉛の食事摂取基準を上げてみたよ。



鉄と亜鉛の推奨量と耐容上限量(70歳以上)：日本人の食事摂取基準 2015より

	男性		女性	
	推奨量	耐容上限量	推奨量	耐容上限量
鉄(mg)	7	50	6	40
亜鉛(mg)	9	40	7	35

◆推奨量…ある母集団のほとんど(97~98%)の人において1日の必要量を満たすと推定される1日の摂取量。

◆耐容上限量…健康障害をもたらす危険がないとみなされる習慣的な摂取量の上限を与える量

当院で採用している栄養補助食品は各病棟、医局、ST、MSW室に設置している“栄養管理資料集”でご確認いただけますのでご活用下さい。

設置風景(例)

栄養補助食品一覧

2019/3/14(木)

品名	画像	規格	1個(1提供)当たり			形態	メーカー	備考	学会分類 2018
			エネルギー (kcal)	タンパク質 (g)	水分 (g)				
プロックZn		77g	80	6.2	50	ゼリー状	ゼリー状 鉄:11種 亜鉛:5種 Zn(200mg)	1j	
エブリッチ		110g (1/2個)	180	6.1	75	ゼリー状	凍結タイプ 鉄:11種 Zn(154mg)	1j	
メイバランスMini アイス		80ml	100	3.7	38	アイス状	鉄:11種 Zn(120mg)		
メイバランス ソフトゼリー		125ml	200	7.5	95	半固形状	鉄:8種 Zn(80mg)	2-1	
メイバランスMini		125ml	200	7.5	94	濃厚液	鉄:11種 Zn(120mg)	-	



ホームページ：摂食嚥下について

第48号でもご紹介しましたが、当院ホームページにて摂食・嚥下機能に障害のある患者様に対し当院がどのような取り組みをしているか紹介しています。食事介助時の姿勢の工夫や誤嚥の危険がある場合の対処方法など職員の方でも現場で役立つ内容となっています！是非確認してみてください。



スペシャルコンテンツ内
このボタンをクリック！

一部抜粋

ベッド上での姿勢の工夫

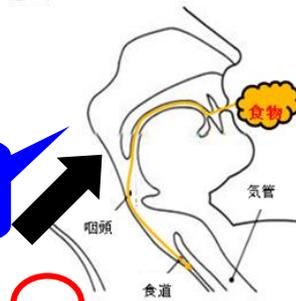
★嚥下障害のある方の食事介助を行う時に最も安全な姿勢★

- ☆ベッドギャッジアップ 30° →更に床に対して垂直に近くなるよう枕で頭を支持
- ☆姿勢を安定させるため膝を軽く曲げ、足底が接地するようにします。



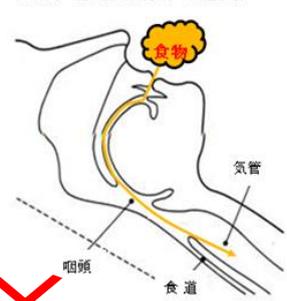
頭を拳上

◎顎を軽く引き喉がゴックンと上がりやすい状態です



食物が食道に入りやすくなっています

×顎があがってしまい空気の通り道が広がるため食べ物易に入りやすい状態です



食物が気管に入りやすくなっています

食事介助のポイント

誤嚥する危険のある状態	対処方法(例)
しっかり目覚めていない	食前に口腔ケアを実施して刺激する 話し掛けて反応を確認する 時間をずらす等

