

短時間で効率よく栄養摂取可能な食事形態の検討

～ 栄養サポート委員会の活動報告 ～

介護老人保健施設 おおざと信和苑
 栄養サポート委員会
 発表者：知念かつみ（看護師）

【はじめに】

嚥下・栄養状態が悪く、栄養サポート委員会(以下、NST)が介入し、食事形態をその都度変更したが、様々な問題が生じたため、最終的には、簡素化した食事形態(3食栄養補助食品)に変更した。その結果、栄養状態の改善がみられた2症例をここに報告する。

【症例紹介】

症例1：X氏 87歳 女性
 介入前 主食：ご飯 副食：軟菜キザミ
 症例2：Y氏 87歳 女性
 介入前 主食：重湯ゼリー 副食：ムース食

【経過】

・ 症例1

	主食・補助食品	副食	ALB	BUN	CREA
スタート	ご飯	軟菜キザミ	3.0L	14.1	0.53
5/13	アチピー	ミキサー			
6/4	アチピー	ムース			
6/11	アチピーミキサー	ムース			
8/7	アイソカルプラスEX (ムース)	ムース			
9/2	(朝)重湯ゼリー (昼)アイソカルプラスEX (ムース) (夕)アイソカルゼリー	ムース			
9/4	アイソカルプラスEX (ムース)3/日回 (朝夕)アイソカルゼリー (昼)アルギニンゼリー	汁物 ムース			
10/11			3.3L	26.6H	0.41L
10/21	脱水疑いにてオヤツ時に補水(ポカリスエット)300ml開始				
11/17			3.4L	19.2	0.44L

・ 症例2

	主食・補助食品	副食	ALB	BUN	CREA
スタート	重湯ゼリー	ムース			
6/10	アイソカルプラスEX (ムース)	ムース			
7/9			2.9L	23.4H	0.30L
8/27	(朝・夕)重湯ゼリー (昼)アイソカルプラスEX(ムース)	ムース			

9/1	(朝・夕)アイソカルゼリー (昼)アイソカルムース	ムース			
9/4	アイソカルプラスEX(ムース)3/日回 (朝夕)アイソカルゼリー (昼)アルギニンゼリー	汁物 ムース			
10/11			3.0L	52.2H	0.34L
10/21	脱水疑いにて10時・オヤツ時に補水(ポカリスエット)300ml開始				
11/17			3.0L	31.7H	0.39L

【考察】

摂食・嚥下機能の低下は、食事の摂取に支障をきたす。また、食事量が不十分になると体力も低下し、ますます嚥下障害が進行することが考えられる。

今回、栄養状態の悪化・嚥下機能の低下がある2症例に対して、栄養補助食品を利用して簡素化した食事を提供した。その結果、栄養状態の改善が認められた。これは、食事内容を簡素化することで食事摂取中の疲労が軽減され、誤嚥のリスクが低下し、少量で必要な栄養素やカロリーを効率的に摂取できたからだと考えられる。

また、定期的な血液検査で血液データを把握することによって、栄養状態だけでなく、脱水の兆候が認められた。そこで、今までの水分摂取としての「お茶」からより吸収しやすい電解質を含んだ「ポカリスエット」で、個人に合わせた適切な量の水分補給を、フロアの協力を得て取り組んだ。その結果、脱水の兆候が改善されてきた。これは、通常フロアへの依頼だけでなく、水分摂取チェック表を作成し、水分摂取を介助する担当勤務を決めることで、職員一人一人が責任を持って取り組んでこられたからだと思われる。

NSTの介入により、立案された個別ケアプランをフロア全体で取り組めたことで、入所者の栄養状態の改善と誤嚥のリスクの低下につながったと考える。

【まとめ】

今後のNSTの課題としては、個別的なケアプランを作成するにあたり、栄養状態が把握できるとされている「体重」と「上腕周径」の測定データと、指標としての血液検査データを把握することが、根拠に基づいたサポートを提供するために重要だと認識できた。