

地 域 連 携

だ よ り

彦根市立病院

〒522-8539 滋賀県彦根市八坂町1882番地

TEL : 0749-22-6050 (代)

問い合わせ先 彦根市立病院 地域医療連携室

TEL : 0749-22-6053 FAX : 0749-22-6093

## 栄養部門…病院機能評価でS評価を受けました



栄養・食を通して、  
人々の健康と幸福  
に貢献する

栄養科・栄養治療室  
管理栄養士 科長  
小野 由美



栄養科では、糖尿病を中心に糖尿病性腎症、心臓疾患、腎臓疾患等の生活習慣病に対する栄養指導に力をいれています。食事療法を行う、すなわち食生活・生活習慣の改善は治療の基本であり、薬やインスリン治療の場合にも非常に大切です。しかし、いくら理想的な食事の話聞いたところで、患者自身が実行できなければ意味がありません。

私たち管理栄養士は、現在の生活背景や、これまでの食生活、食事に対する思いなどを傾聴し、患者の選択や決定を尊重し、本人が取り組める食生活改善をサポートしています。また、患者の行動変容を促すため自己効力感などを取り入れた指導を行っています。そのためには継続して栄養指導に来ていただき、

患者との信頼関係を築くことがとても大切だと考えています。

現在、管理栄養士7名のうち糖尿病療養指導士が5名おり、積極的に療養指導に取り組んでいます。

また、医師・看護師とともに糖尿病透析予防指導を行っており、透析導入患者を少しでも減らすことができるよう励んでいます。

診療所の患者さんで栄養指導を必要とされる場合、「彦根市立病院糖尿病地域連携～栄養指導の流れ～」のしくみがあります。地域医療連携室を通して、栄養指導の予約をしていただくことが可能です。糖尿病療養指導士の資格をもつ管理栄養士が指導しております。ぜひご活用いただきたいと思います。

# 糖尿病療養指導士の資格をもつ管理栄養士が指導！ ご紹介をお願いします！

## ◆彦根市立病院糖尿病 地域連携栄養指導とは？

栄養指導は3回~6回程度を基本にしています。本人の食生活状況を確認のうえ、目標を決めてもらい、食事記録・体重記録・体組成計測などで評価をしながら行動変容につなげます。

## ◆彦根市立病院糖尿病 地域連携栄養指導のながれ

	患者 ⇄ 管理栄養士	管理栄養士 → かかりつけ医
初回	① 食生活状況の確認 ② 身体状況の確認（肥満症の場合：体組成計測） ③ 食事療法の必要性について説明 ④ 食事記録や体重記録※1の書き方を説明 ⑤ 本人が次回までの目標を決める	栄養指導内容を報告
2回目以降	① 食事記録の計算結果説明※2 ② 身体状況の確認（肥満症の場合：体組成計測） ③ 目標達成状況の確認（達成度が低い場合は目標の見直し） ④ 食事療法についてのポイント説明	3回目または6回目の終了時には、栄養指導内容を報告 6回目以降も継続の場合は、栄養量の指示内容等に変更がないか確認

### 分析結果

#### 栄養バランス

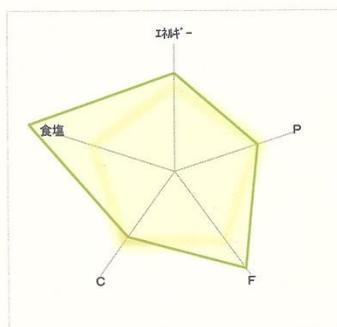
栄養素	単位	基準値	摂取量	差	充足判定
食品成分表2010					
エネルギー	kc	2000	2296	+296	▲
たんぱく質	g	70.0	71.2	+1.2	▲
脂質	g	50.0	70.0	+20.0	!
炭水化物	g	320.0	302.0	-18.0	▲
カリウム	mg		1915		
食塩相当量	g	6.0	10.7	+4.7	!

● 過剰・不足の心配はほとんどないと思います ▲ 過剰が少し心配です ▲ 不足が少し心配です  
! 過剰が心配です ! 不足が心配です オレンジの範囲内が基準値で、グラデーションは基準摂取量が基準値に収まるのが理想的ですが、上限に近づかないように注意しましょう。

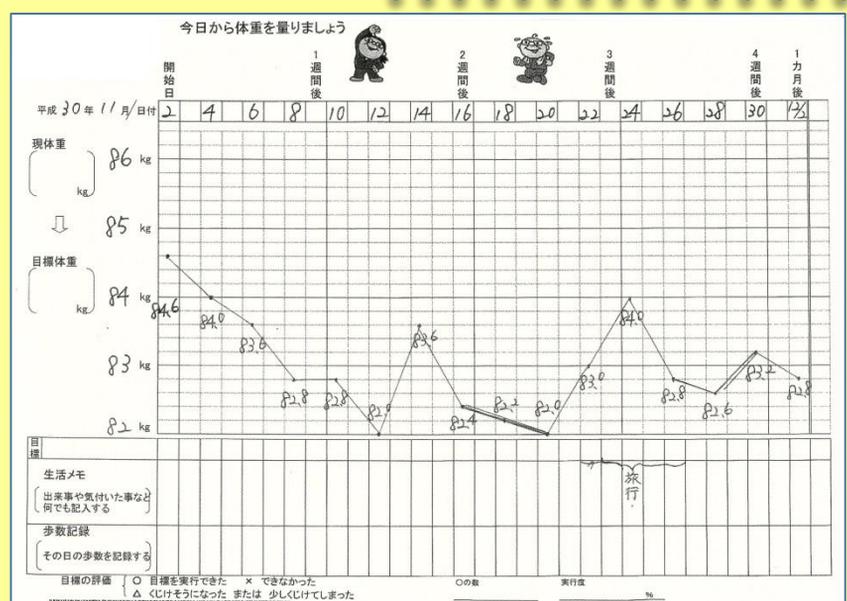
### ※2 食事記録の計算結果の例

### 分析結果

#### 充足確率レーダーチャート



### ※1 体重表の記入例



体重表は、自己で記入していただいています。

# 病院で「ごはんのこと」を 相談できる栄養治療室



## ◆栄養指導の実際・一例

### 栄養指導の一例

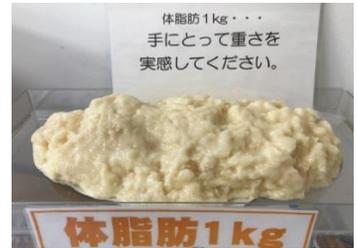
34歳、男性。2型糖尿病、脂肪肝  
身長 174 cm、体重 106 kg、BMI 35.0 kg/m<sup>2</sup>  
HbA1c 7.7 %、シタグリブチン(50 mg) 1錠開始

### 食生活の問題点

- 朝食は欠食、夕食は過食
- 間食習慣あり

<p>初回</p> 	<p>3回の食事はしっかりと とりましょう。 間食をすることで血糖値 は乱れてしまいます。</p>	<p>間食はやめます。</p> 
<p>2回目</p> 	<p>間食中止、がんばりました ね。達成率 91 % です。 食事記録では 1340 kcal と少 な目です。1800 kcal を目安 に食べましょう。</p>	<p>間食はやめて、食事は 腹8分目にしています。 野菜も意識してとるよ うにしています。</p> 
<p>3回目</p>	<p>初回指導から2か月後、体重 94 kg、BMI 31.0 kg/m<sup>2</sup>、 HbA1c 5.9 % となり、栄養指導は終了となりました。 今後も現在の取り組みは継続していただくようお願いし、 必要時は再度かかりつけの先生から依頼していただく ようお願いしました。</p> 	

## ◆個別栄養指導の実際の様子



### かかりつけ医の先生へ

当院では、日頃、かかりつけ医で診ておられる患者さんの、栄養指導だけでも、お受けさせていただいています。  
糖尿病に関しては、教育入院で、集団指導と個別指導をしています。  
どしどし、ご紹介をよろしくお願いいたします！