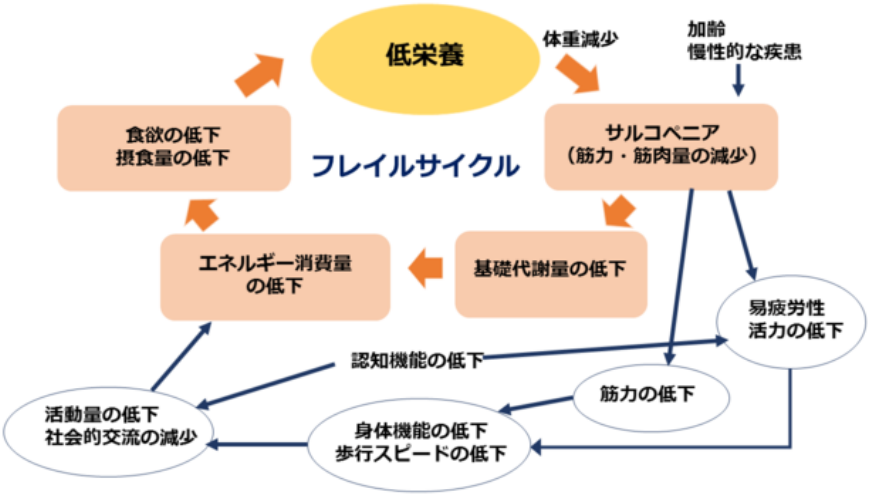
NST便り

第74号　2019年3月

3月のNST学習会

３月の学習会は「フレイルとサルコペニア」について、ネスレさんからお話しいただき、19 名のスタッフが出席しました。



右の図はフレイルサイクルを示したものです。こちらの図にも示されている通り、フレイルサイクルを断つために大事になってくるのは「低栄養」を改善することです。

しかしながら、年齢や病気などの様々な原因で１度に多くの量を食べられない方に対して、十分な栄養を摂取していただくためにどのようにしたらよいでしょうか。そのような時に、大事となってくる食事のとり方として、少量高エネルギーの食品の活用、間食など食事パターンの工夫などがあります。少量高エネルギーの食品は、各社より味や形態、栄養の組成など様々な特徴を持ったものが、様々販売されています。フレイルやサルコペニアの問題を抱えた方にはＭＣＴ(中鎖脂肪酸)やＢＣＡＡ(分岐鎖アミノ酸)を含んだものもお勧めです。また、基礎疾患にもよりますが、朝昼夕の３食にこだわらず、リハビリ等の運動の前後や、３時のおやつ、夜食の時間に少量エネルギーの食品を少し摂取するだけでも、栄養の底上げになります。少量高エネルギーの食品についてご相談がありましたら、ＮＳＴスタッフまたは栄養課スタッフまでお声かけください。

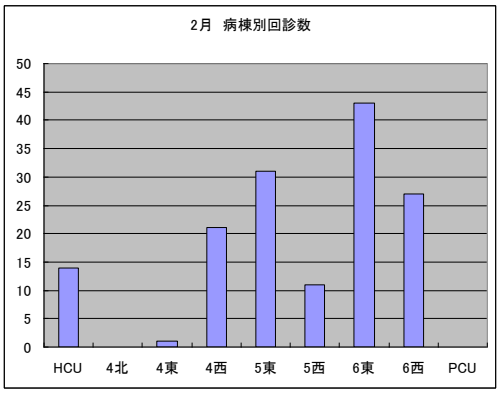
次回のＮＳＴ学習会

４月、５月のＮＳＴ学習会はお休みです。次回のＮＳＴ学習会は６月 12 日の予定となっております。詳細は次号のＮＳＴ便りにてお知らせいたします。

２月分の実績です。

	TPN(延べ人数)	EN(延べ人数)	ＰＥＧ造設数	新規介入数	延べ回診者数
２月	255	571	4	43	148

TPN･･･中心静脈栄養（高カロリー輸液）
EN･･･経腸栄養（経鼻・胃ろう等からの経管栄養）



★NST 対象患者さんは、毎週の体重測定と SGA の入力をお願いします。

★OHAT テスト導入開始しています。テスト導入の対象病棟にてわからない点や困っている点などありましたら、リンクナースまたは NST 事務局までご相談ください。

文責：NST 専従　管理栄養士　谷岡　恵