

# 栄養科の仕事

## 入院患者様の栄養を良くして、回復を助ける

栄養状態の良し悪しは、病気の治癒やリハビリにおおいに影響します。栄養科では、患者様が食事を十分にとれるように、努力しています。

### 行事食

献立は6週間サイクルです。季節にあわせて、料理の入れ替えをしています。冬にはおでんやシチューなどの温かい料理、夏には冷そうめんや冷奴などの涼しさを感じさせる冷たい料理を取り入れています。

月に1回行事食を取り入れています。目先が変わるようにしています。



ほとんどの患者様が好きなものは、寿司です。いつもお粥を食べている人に、アンケートをとり、寿司を食べたいという希望をかなえています。

普段は散らし寿司が定番ですが、5年前の節分には、アンパンマンの恵方巻きを作ってみました。

**大好評でした**

毎年4月に花見弁当を作ります。凝った料理はありませんが、器が変わるだけで、患者様の食欲が進みます。

品数が多いので作る時は大変です。でも、空っぽの弁当箱を見ると疲れが吹き飛びます。



## 選択メニュー・嚥下食

このほかに選択メニューが週に3回あります。魚が食べられない、肉が食べられないという嗜好にも、対応しています。嚥下の状態に応じた食事も、作っています。

嚥下に問題のある方のためには、調理したものをミキサーにかけたのち、増粘剤でゼリー状にしたり、とろみをつけたりしています(嚥下食)。肉や卵、豆腐などはミキサーにかけても味の変化はあまり感じられませんが、魚や野菜は味ががらりと変わってしまうものがあります。『これは〇〇と違う』と言われ、食事量が減る方もあります。日々、嚥下食の改善に努力をしています。



調理師 2~3名、調理補助パート 8名が交替勤務をして、一日3回の食事を毎日作っています。

## 栄養サポート

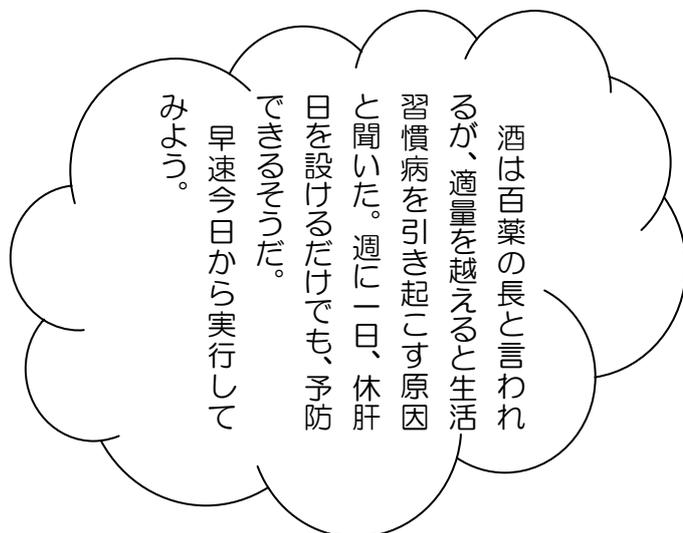
栄養状態が悪くなると、筋力や嚥下力が低下します。嚥下力が低下すると、誤嚥性肺炎を引き起こしやすくなります。筋力が衰えると、転倒しやすくなります。寝たきりになる原因になります。

栄養状態の良くない患者様について、月に2回、医師、看護師、理学療法士、薬剤師、栄養士などのスタッフが集まって患者様の栄養状態について検討をします。これを栄養サポートチームと言います。ここで話し合われたことに基づいて、食事に栄養剤をプラスしたり、食事形態を変更したりします。



## 入院・外来患者様の栄養相談

年々、生活習慣病の患者様が増加しています。栄養士は、生活習慣病（糖尿病、高血圧、高脂血症など）の方の栄養相談を行っています。生活習慣病は、名前のごとく長年の習慣の積み重ねによって引き起こされる病気です。



人には、『無くて七癖』というように、自分では気がつかない習慣があります。その習慣を少しずつ是正していくようにと、相談にのっています。

## 班 会

入院や外来での栄養相談以外に、生協ならではの栄養士の仕事があります。それは、班会です。組合員さんの要望により、いろいろなテーマで栄養や食事に関する話をします。『生活習慣病』『アレルギー』『食品の安全』『骨粗しょう症』『アンチエイジング』などで



です。調理班会も行なっています。班会を通じて、医療生協がめざす**保健予防活動**の一端を栄養士は担っています。

班会は、組合員さんが3人以上集まって班を作ると開くことができます。