

木島NST通信 夏号

発行日：2017年8月21日
担当：NST
編集：栄養グループ

NST Linkナース勉強会を行いました！

◆第2回NST Linkナース勉強会では、栄養補給に必要な基礎知識をテーマに「静脈栄養」「経口・経腸栄養」それぞれに必要な基礎知識および、消化管の機能について、松末先生に分かりやすくご講義していただきました。その中から消化管の機能について内容を一部ご紹介していきます。

～NSTって？～

NSTは、栄養を通して多職種で患者のサポートを行うチームです。毎週月曜日14時からNSTミーティングを行っています。



“人体は『ちくわ』である”

人体は『ちくわ』??

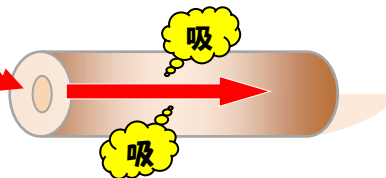
⇒人体にある消化管の中は身体の“外”にあたります！

身体は『ちくわ』のようなもの…

なので、ただ口から食べて、食べ物を消化管に通すだけでは栄養にはなりません。

消化管を通して吸収され、始めて身体の“中”に入るので。

食物



栄養を身体の“中”に入れるためには、消化管で食物を消化して吸収する運動が必要です！

それが、『消化管運動』なのですが、実は経口摂取時と経腸栄養時で消化管の動きは異なります。

経口摂取時の消化管運動

1. 食道・・・

嚥下された食物は食道の蠕動運動であつという間に胃に達します。この初期運動が胃以下全ての消化管運動の引き金の役割を持っています。

2. 胃・・・

胃の筋肉は伸びたりねじったり様々な動きを行い、摂取した食物を胃液と十分に混和し粥状にします。幽門はこの粥状物をゆっくりと時間をかけて十二指腸に排出します。

3. 小腸・・・

胃で粥状になった食物は小腸へ向かい、小腸は食物の気配を感じるとその刺激で運動を始め、消化・吸収を担います。運動は分節、振り子、蠕動からなっており非常に活発に活動しています。

4. 大腸・・・

右側の大腸は活発に小腸と同じ運動をしますが、左側大腸は鈍い蠕動のみ。胃に食物が入ると反射的に大腸全体の運動が亢進します
これを胃腸反射と言います

小腸での吸収を化学的に助ける ⇒ 肝臓から作られる胆汁、膵臓から作られる膵液

経腸栄養時の消化管運動

胃や腸に直接栄養成分を注入する消化管運動は、通常の間口摂取時の消化管運動とは異なり、協調性に乏しくなります。したがって、慣れるまで胃の排出時間の延長や、または反対に亢進が起こり、小腸の運動も協調性に乏しくなります。

通常、口に食べ物が入ったら胃はだらんとし、食物の受け入れる準備を行います。この時、胃腸反射により腸の蠕動運動が亢進します。

しかし、経腸栄養時は胃に急に栄養を入れると、胃は準備していない状態なのでゆっくりと注入する必要があります！

Point!

経腸栄養剤の投与速度は、始めは“24時間投与”、慣れたら“2秒に1滴投与”を心がけます！

ペムパル2本分(250cc)だと投与時間は約3時間(20滴で1cc換算)必要となり、なるべくゆっくりゆっくり投与していきましょう



【※】Aの体重あたり30～40ml/kg/日
食事に足りずが、現在は上記の量で計測する方が好ましいとされています。しかし、実際には1日の総量が(1L+栄養液500ml)になる程度に水分を調整しましょう。

夏の脱水・低ナトリウムに注意しましょう！

◆夏の日本は蒸し暑く、高温多湿で脱水症のリスクが非常に高いと言われています

汗でどんどん水分が失われ脱水症になるケースはもちろん、エアコンなどによる屋内の良好な環境への身体の慣れも脱水症を起こしやすい高温多湿の環境に対応しにくくなり脱水症のリスクの一つです

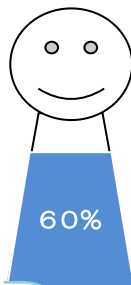
また、高齢者は加齢とともに50%程度まで体液の量が減少し、そのうえ体液の供給が少なく（食事量の減少や腎機能・自律神経の働きの低下などにより）、体液の維持が困難という傾向があり脱水症に罹りやすく十分に注意する必要があります

脱水とは？？

脱水とは体内の水分（体液）が減った状態の事を示します

人の身体は水分が半分以上で占められており、たった数%水が不足するだけで様々な影響が現れたりします

体重の約60%は水です！！
（※健常成人男性）



「体液が減る」と言っても体液中の水分が減るのか電解質が減るかで脱水の種類が異なってきます！

脱水には3タイプあります

①低張性脱水

塩分不足の脱水であり、細胞内液量が増え、細胞外液量が減少した状態（血清Naが低値）

②高張性脱水

水分不足の脱水であり、細胞外液の濃度が高くなった状態（血清Naが高値）

③等張性脱水

血清Naが正常ですが、利尿薬を過剰投与した時に起こりやすく、**低張性脱水と高張性脱水が混合したもの**

☆脱水の種類によって補給するものが異なるので注意しましょう

低ナトリウム血症に注意！！

＜学会・研修会お知らせ＞

- 『大精協看護師部会・栄養士部会合同研修会』
日時：平成29年9月22日（金）13時30分～
場所：ホテルアウイーナ（近鉄線大阪上本町下車徒歩3分）
テーマ：「非経口摂取の栄養管理」
講師：木島病院 診療顧問 松末 智先生

- 『第6回日本精神科医学会学術大会』
日時：平成29年10月12日（木）～10月13日（金）
場所：広島国際会議場

先日、当院で調査を行ったところ、低Na（ナトリウム）血症の患者が36人も見られ、このことについて病院全体でも非常に問題視されています元々、精神科では精神病薬の影響などにより多飲水の傾向にありますが、その多くの患者が低Na血症です
近年では高血圧予防などで減塩を働きかけていますが、**過剰な減塩**は命の危険性もあるため、日頃、水分摂取だけではなく塩分摂取にも注意しましょう！

① 低ナトリウム血症の症状

※低ナトリウム血症は血清Na値が135以下を指します

130以下 ⇒軽度の疲労感
120以下 ⇒頭痛、嘔吐、食欲不振、精神症状
110以下 ⇒昏睡、痙攣
→死亡の危険性

② 食品の塩分量

- OS-1（大塚製薬）
…塩分0.584g
- アクアサポート（明治）
…塩分0.584g
- ポカリゼリー
…塩分0.248g
- 梅干し（中1個）
…塩分1g

ちょこっと

NST栄養クイズ

Q. 1日に必要な水分量は、体重あたり何mLでしょう??

- ① 10~15ml/kg/日 ② 30~40ml/kg/日 ③ 1500~2000ml/kg/日

※答え⇒（表面 下部に記載）