

# 木島 NST 通信 夏号

発行日：2019年9月発行

担当：NST

編集：栄養グループ

6/29開催

## 日本静脈経腸栄養学会で発表を行いました!



「精神疾患患者に対する栄養管理の現状と問題点」をテーマに、第11回JSPEN近畿支部学術集会にて木島病院NSTの活動について発表し、精神科単科病院における栄養管理の実際を多くの方に知っていただきました

### 精神科特有の問題

当院におけるNST介入理由は、腸管麻痺による便秘や便通過障害、肺炎による絶食が多く、これらの原因は抗精神病薬の副作用が殆どでした。精神疾患病院では、多くの方は抗精神病薬での治療が行われますが、これらには便秘や嚥下障害などを引き起こしやすいことが知られており、これらがひいては栄養管理に関わってきます。

### NST介入後の対応

NST介入後、多く挙がっていた対応は、薬剤調整であり、薬剤師から主治医に対して、向精神病薬の用量調整及び適正処方(単剤化)についての提案が積極的に行われていました。精神科NSTにおいて、特にこの薬剤調整が重要であり薬剤師の果たす役割は大きなウェイトを占めていると言えます。

### 今後の展望

- ・患者毎に適切な栄養療法を心がける
- ・病院全体の栄養管理の質向上を目指す
- ・精神疾患特有の食事療法を模索すると掲げ、今後も栄養面からのアプローチで患者を元気にする方針を述べました。

### ▼学会に参加したNSTメンバーの感想

▼ 今回の学術集会では、シンポジウムやパネルディスカッション、その他多くの演題発表が行われ、話題は経腸栄養法や静脈栄養法について、小児から高齢者、がん治療、合併症対策まで多岐にわたり取り上げられていました。その中で、私自身水溶性食物繊維(フアラム)の効果について学びました。腸内環境の改善により血糖値や便秘、下痢の改善は知られていますが、精神症状についても改善が見られるそうです。機会があれば当院でも研究を実施したいと思っています。これからも栄養面でのアプローチで患者を元気にしたいと思っています。(栄養G 樋口JM)

▼ 樋口マネージャーが演題を発表されるといふことで、学会へ参加させていただきました。NSTチームを発足し、取り組んできたことを樋口マネージャーがデータをまとめ、発表してくれ、座長からも言葉もいただき、みんなで頑張ってきたことがまたひとつ形になり、大変嬉しく思い、今後の励みとなりました。課題はまだ山積みで、精神科特有の課題も多くありますが、チーム一丸となり、頑張りたいと思います。(看護G 平丸MM)

▼ 本学会への参加は去年に続き二度目でしたが、今回は去年よりも参加者が増え大盛況だったそうです。そんな中で樋口JMの発表でしたが、各種データを取り揃えてあり非常にわかりやすかったと感じられました。薬剤師の役割が重要であるとの結論でしたので、その結論に見合うよう精進していきたいと思っています。その他に、静脈栄養や薬物相互作用等についての演題を拝聴できましたので、今学会で得た知識を活かして当院の医療の質がより向上するように尽力していく所存です。(薬剤G 谷家)

▼ 今学会では当院以外にも6件のNST活動についての報告を拝聴する事ができました。印象的だったのが、全施設共通して、NSTが早期に介入することにより、確実に栄養状態の改善、さらには在院日数の短縮やOLの向上に繋がるとの報告がされていた点であり、改めて早期にNSTが介入することの重要性を認識しました。今後は、早期介入だけでなく、PSWがNSTのメンバーとして参加しているという点を強みに、退院時の情報提供についても検討し、患者の支援に繋がりたいと思います。(栄養G 久住)



今回、木島病院を代表し学会発表された栄養G 樋口JM



今後とも栄養管理に対する皆様のご理解とご協力をよろしくお願いいたします!(NST一同)

# ▼松末先生のWebセミナーが開催されました！

2019.7.31

## 「非経口栄養法におけるセレン欠乏症とセレン製剤

### ～セレン欠乏症の治療経験からセレン製剤投与を考える～

診療顧問の松末智先生による Web セミナーが開催されました  
セミナーでは、松末先生が長年研究に携われたセレン欠乏を題材に、微量元素と臨床栄養の関係や、非経口強制栄養（TPN・EN）におけるセレンを含む微量元素の必要性など、ご自身の経験を基に大変わかりやすく講演していただき、セミナー最後の質問コーナーでは多くのご質問が寄せられ、講演時間ぎりぎりまでお答えして頂くほど大変人気のセミナーでした

## ～精神科の臨床栄養療法 <Part 2>～

# 精神疾患における $\omega$ -3系多価不飽和脂肪酸の役割

今回は「精神疾患における $\omega$ -3系多価不飽和脂肪酸の役割」についてお話しします

$\omega$ -3系多価不飽和脂肪酸（EPA・DHA）の摂取が有効とされるのは右表（→）に示す精神・神経変性疾患です  
この内、気分障害（双極性障害・うつ病）、特に妊娠・産褥期うつ、近年増加している小児のうつに対し**薬物療法に変わる代替療法**として注目されています

老齢期においては**認知機能の保持にも関与している**可能性があり、中年期に積極的に摂取すると**地中海式食事（※）**と並んで、有意に認知機能低下速度を和らげるとされています

### （※）地中海式食事

→全粒穀物、野菜、果物、オリーブオイル、乳製品、適度なワインの摂取を取り入れた食事  
抗酸化物質やコリン、フォスファジルコリンを豊富に含む

### < $\omega$ -3系多価不飽和脂肪酸が有効とされる

#### 精神・神経変性疾患>

- ① 双極性障害
- ② うつ病
- ③ 統合失調症
- ④ 認知症
- ⑤ アルツハイマー病
- ⑥ 注意欠陥多動症候群（ADHD）  
など

## NST栄養クイズ

### Q. $\omega$ -3系多価不飽和脂肪酸(EPA・DHA)が多い順に並べてみましょう！

- ①サバ ②さわら ③マグロ（トロ） ④サケ ⑤さんま

※ヒント：新鮮で脂の多い魚ほどEPA・DHAは多く含まれます！

→[答え]1枚目下部に記載

EPA・DHAは魚介類の脂質中に存在し、世界的にも魚介類の摂取がうつ病の発症率を低下するとされてきました

$\omega$ -3系脂肪酸の脳での役割から察するに、**摂取量を増やせば増やすほど精神および神経障害に良い影響を及ぼす**事が考えられ、小児～成人においては最低、週に2回EPA・DHAが豊富な魚の摂取が推奨されています（米国栄養士会にて）

$\omega$ -3系多価不飽和脂肪酸は熱に弱く酸化されやすいため、なるべく**新鮮なもの**を選び、もし新鮮な魚が手に入り辛い時は、**缶詰でも十分なEPA・DHAが摂取できます♪**

次号も引き続き、「精神科における臨床栄養療法」についてお話しします お楽しみに！