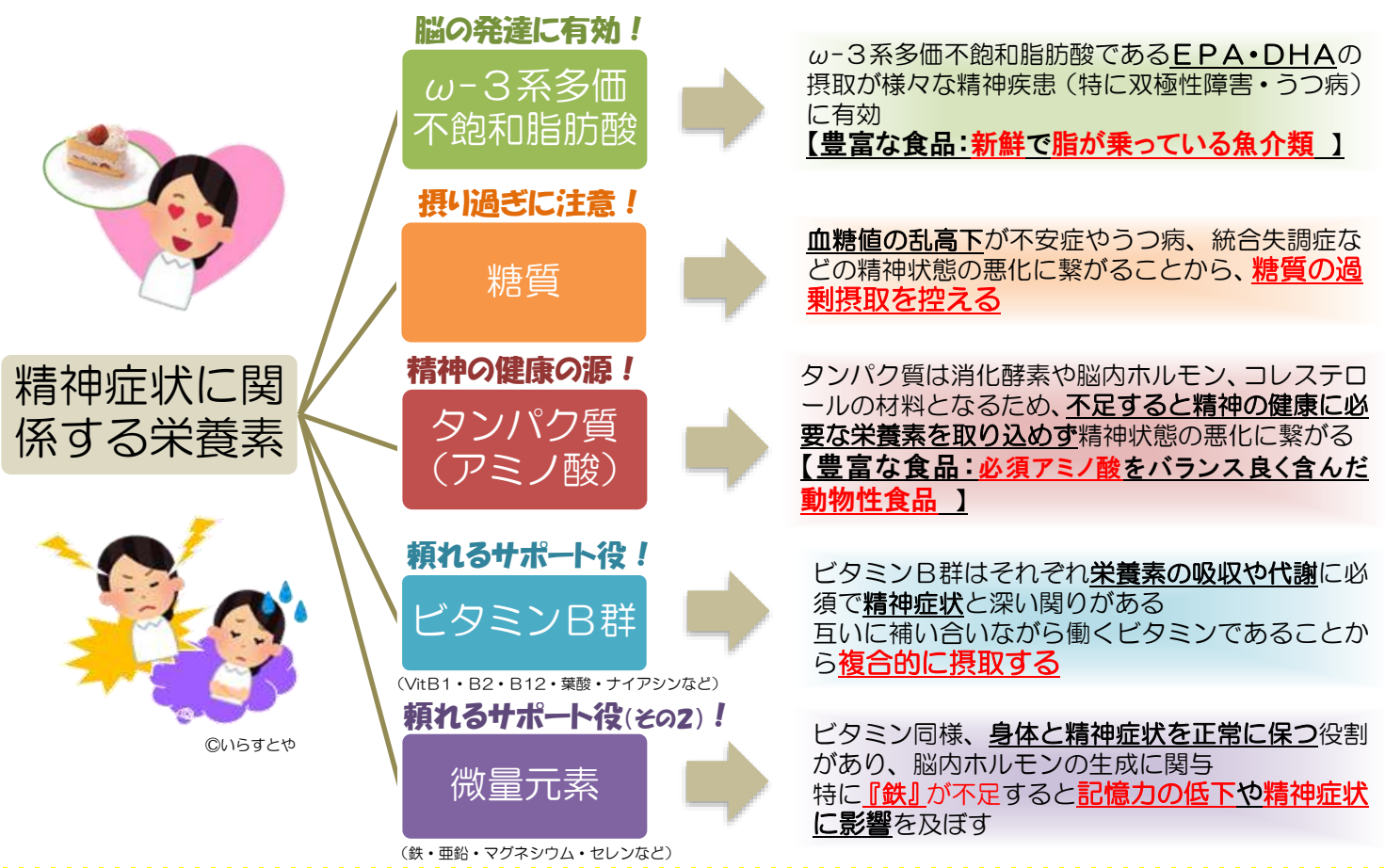


～精神科の臨床栄養療法＜パート7＞～

精神疾患と栄養療法のまとめ

NST通信では6回に渡り精神疾患と様々な栄養素との関係をご紹介してきましたが、これまでの記事を通じて精神疾患治療における栄養療法とはどのようなものなのか、またはその重要性についてご理解いただけたかと思います。今回は前回までの内容、『精神疾患と栄養素との関係』についてまとめてみました。



精神疾患において薬物療法は非常に重要ですが、**精神症状に関係する栄養素を積極的に摂取し、『精神症状』と『身体を支える土台＝栄養状態』を安定させることでより良い治療が行えるのではないのでしょうか**

精神の健康を保つにはこんな食事がオススメ♪



青魚の刺身

EPA・DHAは熱に弱いので新鮮な生ものが一番!

**アサリの水煮缶で鉄分豊富♪
 ぜひビタミンCとご一緒に**



アサリの炊き込みご飯



ゴーヤチャンプル

**色んなビタミンB群が摂れる!
 タンパク質豊富!**



©いらすとや

【参考文献】(1) Krause's Food & the Nutrition Care Process, 14e(2017) J. Taylor & Francis (松末智先生 訳) (2) マンガでわかる ココロの不調回復 食べてうつぬけ (2017) 奥平智之著

木島病院PSWのNSTでの取り組みについて

PSW(ケースワーカー)がNSTメンバーに加入している点は当院NSTの特徴のひとつです
今回は、2018年6月よりNSTメンバーとして活躍されている米田PSWに、当院で取り組まれているNST活動についてお話を伺いました

NSTでの新たな取り組みとして、転院時に栄養に関する聞き取りをPSWが行うことになりました。

NSTミーティング内で、転院してきた患者様や、内科的な治療などを終えて戻ってきた患者様の栄養状態が良くないという声が以前からあったためです。精神科単科病院のため精神疾患や高齢者の患者様が多く、どのような食事をどれくらい食べていたかが本人さんからの聞き取りは難しいケースが多いです。そこで、PSWが転院相談を受けた際に以下の4つの項目の聞き取りを今年8月中旬以降から行っています。

▼転院相談時の聞き取り項目

- ① **どのような食事をどれくらい食べていたか**
- ② **提供カロリー**
- ③ **アルブミンの数値**
- ④ **体重の増減はあったかどうか**

入院前から患者様の栄養に関する情報を得られるため介入のための準備ができたり、転院してきた患者様のアルブミンが少し低かった場合に、転院前の病院では食事をしっかり食べていたことが事前に聴取できるため特にNSTでの介入が必要ないと判断できたりと、当院での栄養サポートを行っていくうえで様々な判断材料として“**栄養に関する聞き取り**”は重要な役割を果たしていくと考えています。



▲NST PSW 米田さん



今後も**NSTとPSWの連携**を、転院時のみだけでなく関わらず様々なかたちで行っていかれたらと考えています

▼NSTリンクナースMTで勉強会を行います！

薬剤の簡易懸濁法について



▲NST薬剤師 谷家さん

経腸栄養の患者さんのチューブがすぐ詰まるんですけど…

…とある日のNSTリンクナースミーティングでこのような相談があり調査したところ、誤った方法で薬剤を投与している可能性があることが判明しました

そこで次回開催予定のNST勉強会では、当院のNST薬剤師より、再確認を目的として正しい簡易懸濁法についての勉強会を予定しています

正しい手技の説明だけではなく、粉碎法・簡易懸濁法それぞれの利点や欠点、注意点など幅広く説明していきます

