

やすらぎ

TAKE
FREE ご自由に
お持ち帰り
ください

INDEX

- わたしたちNSTがサポートします
- 「皆さまの声」
- 12・1月健康教室等のお知らせ

年未年始
診療日の
お知らせ

12月28日(水) 通常どおり
 12月29日(木) ~1月3日(火) 休診
 1月4日(水) 通常どおり



わたしたち NST がサポートします

糖尿病・内分泌・栄養内科副部長
 若林 祐介 わかばやし ゆうすけ

NSTとは

NSTとは栄養サポートチーム(Nutrition Support Team)の略で、患者さんに最良の栄養療法を提供する医療チームです。当院では、医師、看護師、薬剤師、管理栄養士、理学療法士など多職種で構成されたチームで活動しています。

栄養療法は治療の基本

みなさん、普段なにげなく取っている食事。考えている以上に大切なことだをご存じですか。

人間のからだは、筋肉や脂肪、骨などでできていますが、これらを作り、エネルギーの源となるのが”栄養素”です。人間が生きるためになくてはならないものです。

医療において、からだに必要な栄養を適切な方法で投与する治療法を”栄養療法”といい、積極的な治療の一つとされています。栄養状態が悪いと、病気や傷の治りが遅くなるだけでなく、治療中の病気以外の合併症を発生する危険性が増加します。栄養管理を怠ると、治る病気も治らないことがあるのです。栄養療法が治療の基本と言われる所以です。

NSTの紹介

NSTは、入院患者さんを対象に毎週金曜日に院内の各病棟を回診しています。手術・化学療法・造血幹細胞移植などが予定されている患者さん、特殊な栄養療法(経管栄養や中心静脈栄養など)を行っている患者さん、糖尿病・慢性腎臓病・心疾患・呼吸器疾患など基礎疾患をお持ちの患者さんなど、様々な患者さんを対象に介入を行っています。

入院前は栄養状態に問題がない方でも、入院中に病気などの影響で栄養状態が悪くなることもあります。主治医・担当看護師と連携をとり、患者さんの栄養療法について検討しています。

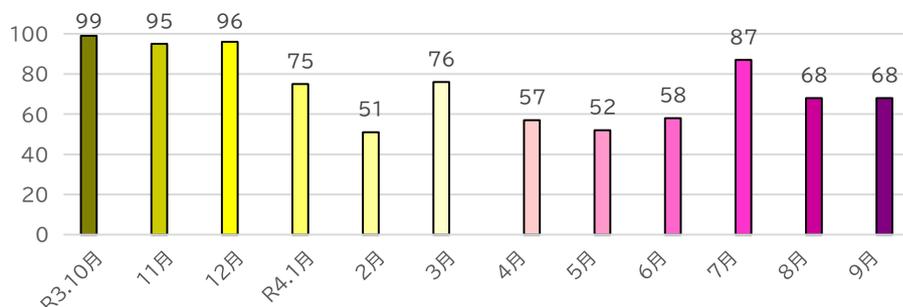


病棟回診の様子

NST活動実績のご報告

主治医や担当看護師から介入依頼のあった患者さんは必ず介入しています。

令和3年10月~令和4年9月のNST介入実績は、のべ882件(月平均74件、一回診平均18件)でした。





栄養状態をセルフチェックしてみましょう



☑ MNA ネスレ栄養研究所の簡易栄養状態評価表 (Mini Nutritional Assessment)

6つの質問に答えて、栄養状態を確認しましょう
(対象者:65歳以上の方)

- ①過去 3 ヶ月間で食欲不振、消化器系の問題、そしゃく・嚥下困難などで食事量が減少しましたか？
□著しく減少(0) □中等度の減少(1) □減少なし(2)
- ②過去 3 ヶ月間で体重の減少がありましたか？
□3 kg 以上の減少(0) □わからない(1) □1~3 kg の減少(2) □体重減少なし(3)
- ③自力で歩けますか？
□寝たきりまたは車椅子を常に使用(0)
□ベッドや車椅子を離れられるが、歩いて外出はできない(1)
□自由に歩いて外出できる(2)
- ④過去 3 ヶ月間で精神的ストレスや急性疾患を経験しましたか？
□はい(0) □いいえ(2)
- ⑤神経・精神的問題はありますか？
□強度認知症またはうつ状態(0) □中程度の認知症(1) □精神的問題なし(2)
- ⑥BMI 体重 (kg) ÷ [身長 (m)×身長(m)]
□BMI が 19 未満(0) □BMI が 19 以上21 未満(1)
□BMI が 21 以上23未満(2) □BMI が 23以上(3)

➡ ()内の数字を合計してください。あなたの栄養状態は・・・
 12~14→栄養状態は良好です 8~11→低栄養のおそれがあります 0~7→低栄養状態です

☑ 指輪つかテスト

指を使って、低栄養の”兆し”をご家庭で見つけることができます

ひざが90°になるように椅子に座ります。両手の親指と人さし指で輪っかをつくり、ふくらはぎの最も太い部分を囲みます。

右の図のどの状態になりますか？

- 囲めない
- ちょうど囲める
- 隙間ができる



引用「介護ポストセブン」

➡ 「ちょうど囲める」→将来サルコペニア*になる可能性があります。低栄養状態かもしれません。

「隙間ができる」→すでにサルコペニアであるまたは将来サルコペニアになる可能性大です。低栄養状態の可能性が高いです。

*サルコペニア…加齢による筋肉量の減少および筋力の低下のことを指します。サルコペニアになると、歩く、立ち上がるなどの日常生活の基本的な動作に影響が生じ、介護が必要になったり、転倒しやすくなります。また、各種疾患の重症化や生存期間にもサルコペニアが影響するとされています。(参考:健康長寿社「サルコペニアとは」)

セルフチェックの結果はいかがでしたか？

栄養を補給する方法は、食事、経腸栄養、点滴があり、それぞれを組み合わせることで栄養を補うこともできます。NSTでは、疾患や食の好みに合わせた栄養プランを提案しています。ご相談下さい。



皆さま の声

このコーナーでは、『皆さまの声』(ご意見箱)等にお寄せいただいたご意見・ご要望に対する当院の対応、お礼の投書についてお知らせします。
(令和4年7月1日～令和4年9月30日回収分より抜粋)

投書箱は正面玄関・やすらぎホール・各病棟に設置しております。

ご意見・ご要望

◆丑の日のうなぎ蒲焼。粋な計らいありがとうございました。葉菜の湯がきについてですが、少々固くできないものでしょうか。柔らかすぎて、食べられない場合があります。

「病院からの回答」

◇その日の葉物野菜につきましては、茹で時間が長くなり柔らかくなってしまったと考えられます。皆様に美味しく召し上がって頂けるよう、加熱時間等の改善に努めてまいります。貴重なご意見ありがとうございます。

ご意見・ご要望

◆病棟にて入院の書類を紛失したと言い30分たただけまかせて、「違うところに保管してありました」と。個人情報が入入してある書類の保管をきちんとしてほしい。

「病院からの回答」

◇この度は、入院の書類の所在が一時的に不明となり、ご迷惑とご心配をお掛けし大変申し訳ありませんでした。ご指摘のとおり入院の書類は個人情報を含む大変重要な文書であることから、その管理に万全を期するよう、再度、関係職員に対し確認・周知をいたしました。今後このようなことが無いよう努めてまいります。

ご意見・ご要望

◆コインランドリーに洗剤がおいてないので不便です。患者は売店へ行くことができないので、忙しい看護師さんをお願いするしかなく、心苦しく思っています。何とかありませんか？

「病院からの回答」

◇コインランドリーに洗剤を設置することは難しいため、看護師に対しお気軽にお申し付けいただければありがたいと思います。また、看護師側からも困りごとや不安がないか、積極的に患者さんにお声掛けし対応していきたいと考えています。貴重なご意見ありがとうございます。

これからも患者様にご満足いただける病院づくりに、職員一同努めてまいります。

ご意見・ご要望

◆1階の空きスペースに入院患者さん向けの手芸やプラモデルの材料を売るのはいかがでしょうか？

理由：入院患者さんの中には手芸をされている方もおり、作る楽しみ、見る楽しみ、一日歩む楽しみの一助になればと思ったからです。

「病院からの回答」

◇入院患者の皆様が、少しでもやすらぎのある環境で楽しい気持ちで過ごしていただけることは、大切なことだと考えます。現在、1階の多目的ホールは、入院患者さんご家族様のリモート面会室およびご家族様の控室や面談室等として利用しており対応が難しい状況にありますが、ご意見については、今後の売店商品の参考とさせていただきます。

お礼の投書

○重湯の「普通流動食」から「三分粥三分菜A食」に変わり、一度にお盆とお正月がやってきたかのようなごちそうで、とてもおいしかったです。名前も顔も知らない私のために、いつも心をこめて作って、熱々の内に届けてもてなして下さいありがとうございます。感謝の気持ちをこめてお礼まで。

○先生方、手術、4階東看護師の皆様、入院中は大変お世話になりました。初めての入院で不安がありましたが、手術前から術後、退院まで細かいところまで気遣っていただき、質問にも楽しく答えて下さり、お陰さまで、安心して楽しく過ごす事が出来ました。看護師の皆さんのホスピタリティーの高さには感心させられました。

○看護師さん、先生方がとても優しく、手術で入院していますが、すぐ助けられています。どのスタッフさんも患者さんへの声掛けが丁寧で、安心して入院生活を送らせていただいています。これからもこのいい雰囲気頑張ってください!!

＋ 理 念

人道・博愛の赤十字精神にもとづく良質で安全な医療の提供

基本方針

- 1 患者さん中心の医療を提供します
- 2 より安全で高度な医療の実践を目指します
- 3 地域医療に貢献する病院を目指します
- 4 災害救護ならびに医療社会奉仕に努めます
- 5 次代を担う医療従事者を育成します
- 6 働きがいのある病院運営に努めます
- 7 健全経営の維持に努めます

患者さんの権利

病院の「理念」・「基本方針」にもとづき患者さんが安心して医療を受けることができるよう、以下の権利を大切にします

- 1 個人の尊厳が守られる権利
- 2 プライバシーが保障される権利
- 3 適切な情報と説明を受ける権利
- 4 自ら医療行為を選択する権利
- 5 適切で最善の医療を受ける権利
- 6 子ども達に分かりやすく心のこもった医療を受ける権利

12月・1月健康教室等のお知らせ

患者さん、ご家族の方、お気軽にご利用ください。【お問い合わせ】電話(076)433-2222 医療社会事業課(内線 2322)

名称	内容	実施日 祝祭日除く	時間	場所	担当	申込窓口
やすらぎの会	ミニレクチャー リハビリレクレーション ”一緒に身体を動かして免疫力をアップしましょう”(講師:作業療法士)	12月21日(水)	14:00~15:00	3階講義室	がん相談スタッフ	申込不要
ライラックの会	血液内科疾患 患者・家族・医療スタッフの会	当面の間 中止				
クロスサロンとやま	がんピアサポーターが自らの体験を活かし、がん体験者やそのご家族と同じ立場で不安や悩みなどについて、安心して語り合う交流サロンです	1月18日(水)	13:30~15:30	3階講義室	がん相談スタッフ	申込不要
がん相談支援センターでは、がんに関する相談をお受けしております。お気軽にご相談ください。						
糖尿病指導コース (要申込)	運動の話と実技(実技は主治医の許可を受けてください) 検査の話 食事の話	12月13日(火)・27日(火) 1月10日(火)・24日(火)	14:00~16:00	3階討議室	理学療法士 検査技師 管理栄養士	外来通院の方は 内科外来 入院中の方は 病棟看護師
	病気の話 薬の話 生活の注意点 (第2水曜日のみ「口腔衛生について」)	12月14日(水)・28日(水) 1月11日(水)・25日(水)			医師 薬剤師 看護師	
	昼食会	当面の間中止				
腎臓病教室 (要申込)	病気の話 食事の話 生活の注意点	12月15日(木) 1月19日(木)	14:00~15:00	3階討議室	医師 管理栄養士 看護師	主治医
禁煙教室	ミニレクチャー タバコは全身病~タバコの何がいけないの?~ (講師:医師)	12月16日(金)	15:00~15:30	健診センター	医師 保健師	申込不要
	ミニレクチャー 禁煙外来って、どんな治療をするの?~パート2~ (講師:保健師)	1月20日(金)				
安産教室 (要申込)	1コース 妊娠されたママへ~自分の身体と赤ちゃんをイメージしよう~	12月2日(金)	13:00~14:00	正面玄関 多目的室 12月23日(金)・1月27日(金) zoom開催	助産師 管理栄養士 歯科衛生士	産婦人科 外来
	2コース 自分の食生活と向き合ってみよう妊娠中の身体と生活	1月6日(金)	14:30~15:30			
	3コース 赤ちゃんと学ぼう!いいお産	12月9日(金)・16日(金) 23日(金)	13:00~14:00			
	4コース みんなで学ぼう!母乳育児!	1月13日(金)・20日(金) 27日(金)				
赤ちゃんのにこにこご飯 (要申込)	食育教室 病院ホームページの『診療科・部門のご案内』>『栄養課』>『栄養管理、栄養指導の提供、チーム医療への参加』をご覧ください。	当面の間中止				
のびのびサークル	母乳育児期間中の母子のつどい 病院ホームページの『ご利用の皆さまへ』>『お産される方へ』>『【退院後】のびのびサークル』をご覧ください。 	12月28日(水) 1月25日(水)	10:00~11:30 (zoomへの入室は 9:40~)	zoom開催	自助サークル	病院ホーム ページ
赤十字 救急法基礎講習 救急員養成講習 (要申込)	一次救命処置(心肺蘇生・AED) / 搬送および救護 / 急病の手当/けがの手当(止血法・包帯法・固定法)	基礎講習: 12月3日(土)・1月7日(土) 養成講習:(12月開催中止)	9:00~16:30	日本赤十字社富山県支部	救急法 講習指導員	日本赤十字社 富山県支部 451-7878