

# 当院での栄養指導の試み ～自宅を訪問して～

援腎会すずきクリニック

○藤原麻美、荒川啓子、鈴木翔太、本田周子、鈴木一裕

## 【目的】

- 当院では開院以来、透析患者の栄養管理に力を入れてきた。栄養指導も導入後繰り返し行うことが重要であると考えている。
- 一部の患者では生活環境の把握が不十分なため、正確な問題点の把握ができないことがあった。
- そのため平成27年4月より管理栄養士が食生活の確認をするため、栄養指導の一環として患者の自宅訪問を開始したので報告する。

## 【方法】

---

- 非透析日に調理を担当している家族同席のもと、調理環境や食品の嗜好、普段使用している食器や調理器具、調味料などについて聞きとり調査をした。

# 【今までに訪問した患者の内訳】

	原疾患	透析歴 (年)	調理担当者	主な問題点
50代 男性	2型糖尿病	—	—	低栄養、高血糖、体重増加が多い、 無意識での夜食
60代 男性	2型糖尿病	—	—	低栄養、家族の協力不足、 コンビニ食品のみの食事
80代 女性	腎硬化症	—	—	検査データや体重増加で 食事を減らす
70代 女性	2型糖尿病	—	—	低栄養、高血糖
80代 女性	IgA腎症	—	—	低栄養、体重増加が多い(食事で 体重増加を調節している)

# 【症例1】

- 〔年齢・性別〕 —  
〔原疾患〕 —  
〔透析歴〕 —  
〔同居家族〕 —  
〔調理担当者〕 ヘルパー(2日/週)、本人



## 〔問題点〕

- ・低栄養 (GNRI: 86.2)
- ・高血糖 (GA. 32.7%)

## 〔確認できたこと〕

- ・身近な場所にお菓子が置いてあり、無意識に間食の回数が多くなりやすい環境であった。
- ・息子さんが買って来た、レトルト食品が数多く常備されていた。
- ・定期的に宅配食をとっていた。
- ・野菜、肉、魚などの生鮮食品の調達があまり出来ていなかった。

## 〔評価〕

- ・お菓子などを身近に置き、間食が多くなりやすい環境があり、GA値を上げる1つの原因にも思われる。
- ・自宅にある調理済食品のストック品が多く、生鮮食品の摂取が少なく栄養の偏りがあるように思われる。

## 〔訪問後の栄養指導と患者の変化〕

- ①お菓子の摂取量を再度確認し、血糖値の上昇との関係について説明した。  
身近にお菓子などを置かないように指導した。



間食についての意識が高まり、摂取頻度が減った。(GA: 27.1%)

- ②ストック品に偏った食事内容にせず、肉、魚などの動物性食品を取り入れることの必要性を説明し、調理法などの指導も行った。



ストック品の購入量が減り、市販の肉や魚をヘルパーさんに調理してもらうようになった。(GNRI:91.0)

## 【症例2】

〔年齢・性別〕 ー  
〔原疾患〕 ー  
〔透析歴〕 ー  
〔同居家族〕 ー  
〔調理担当者〕 本人



### 〔問題点〕

- ・体重増加が多い。→食事量で体重増加量をコントロールしている。
- ・低栄養(GNRI:83.8)

### 〔確認できたこと〕

- ・調味料や食品を計量するスプーンや秤はあるが、日常的に使用されていない。
- ・調味料の使用加減は自分の味覚に頼っており、おたまに入る量で使用していた。
- ・本人が薄味と考えて漬けた梅干しを試食したが、非常に塩分が濃いものであった。
- ・非透析日の昼食を見せてもらった。主食が少なく、副食に動物性食品が使用されていないかった。(普段も動物性食品の使用が少ない傾向がある。)

## 〔評価〕

- ・塩分に対する味覚のズレがある。
- ・塩分制限の必要性は感じているが、実際どのように塩分を使ったらいいか使い方がわからない。
- ・体重増加を食事量でコントロールしている傾向が見られた。

## 〔訪問後の栄養指導と患者の変化〕

- ①現在の調理法での塩分量を本人に確認してもらうために、おたまと計量スプーンでの調味料の使用量を比較し、塩分の差を指導した。



指導時には理解したように思われたが、実行はされていなかった。

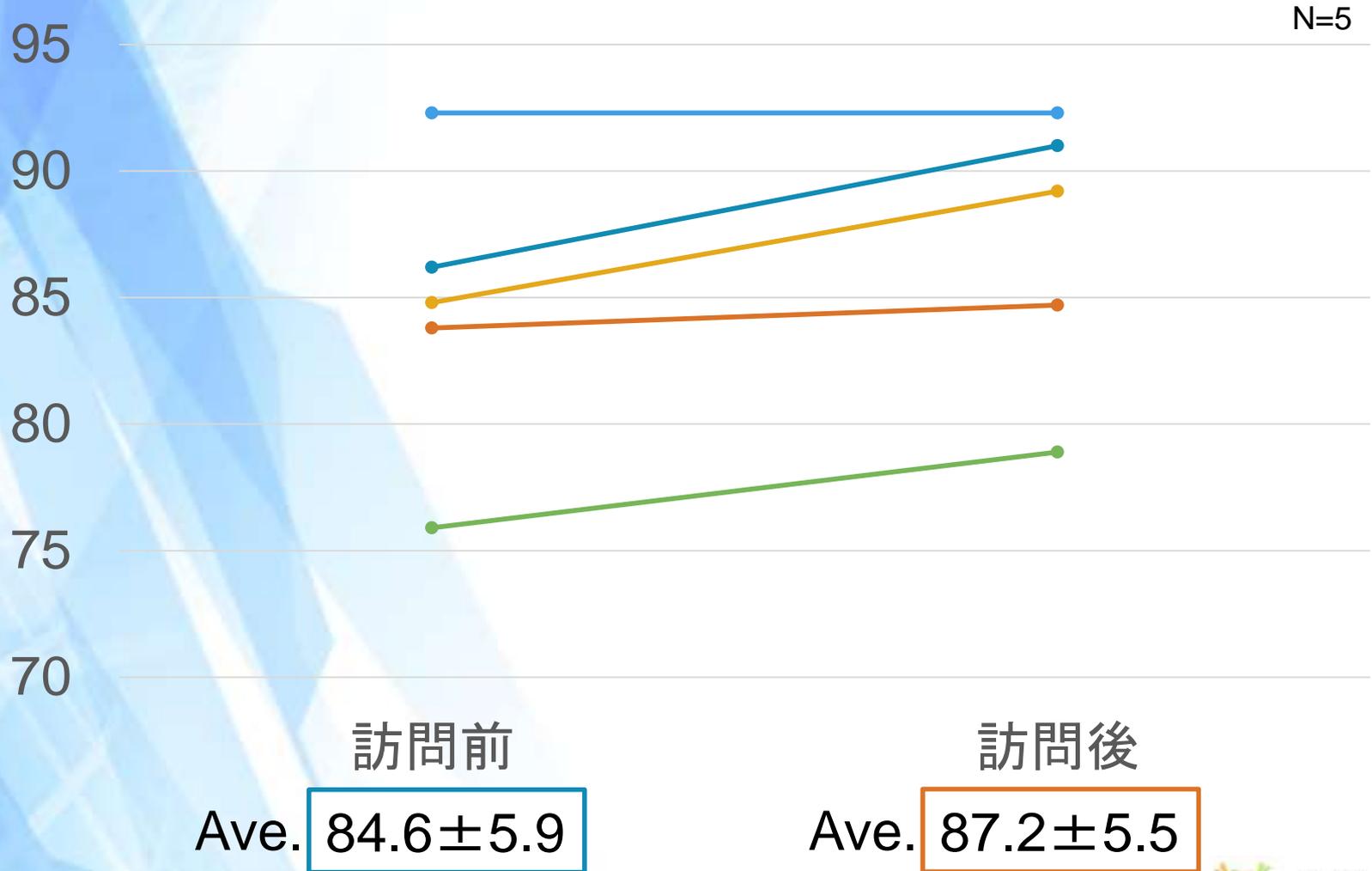
- ②体重増加は塩分の過剰摂取が原因であることを説明し、食事量は減らさないように指導した。



本人の理解不足があり、実行には至らなかった。

今後の課題として、本人の理解力や調理に対する考え方に寄り添い繰り返し指導する必要があると思われる。

# 【訪問前後のGNRI変化】



## 【まとめ】

- 自宅を訪問することは患者の問題点となる背景などを知ることができ、その後の栄養指導は患者とのコミュニケーションがとりやすくなり問題に添った指導がしやすくなった。
- 家族の食事に対する理解も得やすくなる。
- 自宅訪問をすることにより患者のすべてを把握することはできないが、ある程度普段の食環境を確認できることは有意義であると思われる。
- 今後も自宅訪問で得た情報をもとに、患者の問題点に寄り添った指導を目標としたい。

# 第93回福島腎不全研究会 COI 開示

筆頭発表者名： 藤原 麻美

演題発表に関連し、開示すべきCOI 関係にある  
企業などはありません。