

2019年春季研修会 グループディスカッション ～グループ③まとめ～

【症例】

82歳男性 脳梗塞、狭心症 体重 60kg→57kg (6か月で3kg)

家族構成：妻、娘 4月 娘のみに軟菜食 きざみあんかけとろみで栄養相談実施

【グループディスカッションA】：症例に対して「どんな栄養指導をするか」

① どのような情報がほしいか

- ・妻 本人はしっかりしているのか
- ・調理担当者はだれか
- ・マンパワー、3食作っていたのか
- ・家族の調理技術や意欲、仕事
- ・娘は日中、家にいるのか
- ・娘は仕事をしているのか
- ・本人は日中デイサービスを利用したり、ショートステイの利用はあるのか
- ・介護サービスの利用状況
- ・生活状況
- ・経済面はどうか
- ・買い物、購入できるところの有無
- ・現在の食事内容（食事形態があっていない）
- ・家でのきざみの大きさ、とろみの硬さの確認
- ・水分摂取方法、必要なとろみ濃度
- ・体重減少の理由（食事量の減少、肺炎）
- ・浮腫の有無
- ・麻痺の有無
- ・食事摂取は自立化、介助か
- ・食べ方 介助の必要性
- ・食具
- ・歯 口腔状態（自歯、入れ歯、歯ぐき）
- ・口腔ケア状況
- ・栄養状態（Alb、低K、低Na血症、脱水など）
- ・きちんとかめているのか
- ・誤嚥した状況
- ・本人の意欲
- ・食欲の有無
- ・本人の性格
- ・本人の食嗜好、食習慣
- ・以前の栄養指導は守れていたのか
- ・9月他院入院時の食事形態
- ・2度目の肺炎時、レベルの変化はあったか
- ・病状

- ・薬
- ・1時間かかっていたけど、その食事をどう思ってたか
- ・1時間以上 家族、途中で食べるのをやめているのか？
(実際食べている時間、全量摂取できていたのか)

② 栄養指導内容

- ・現在の状態を伝える（動機づけ）
- ・写真で見せる
- ・食事をしている様子を見てもらう
- ・ミキサーを持ってきてもらう
- ・器具（ミキサー）を実際に使用した指導
- ・ミキサー、ブレンダー、はかりなど器具の紹介
- ・実際の調理
- ・調理方法
- ・実際にコード3のものを食べてもらう
- ・とろみを実際に飲んでもらう
- ・とろみを一緒につける
- ・市販品の利用 嚥下食の他にも一般の食品で利用できるものの紹介
- ・宅配サービスの利用
- ・とろみ剤の購入方法
- ・家族の食事から取り分け、展開方法 保存（冷凍）利用方法
- ・食事の他に間食を補食としてとれるもの（プリン、ヨーグルトなど）
- ・口腔ケアをきちんとする
- ・食べた後の声の状態、のどの観察
- ・観察の方法
- ・食べ方の指導
- ・交互嚥下
- ・食べた後で、追加嚥下する
- ・分食をすすめる
- ・食事の時の姿勢とテーブルの高さ
- ・一口量
- ・声掛けをしながら、香り、食べ物を認識
- ・食介が必要であれば、STに依頼
- ・誤嚥体操
- ・補助食品の紹介
- ・少量高エネルギーのもの紹介
- ・飲料可なら、ラコールなど薬価栄養剤の紹介
- ・繰り返し行う
- ・理解できるようなら、みんなで指導を聞いてほしい

【グループディスカッションB】

「嚥下調整食の準備の指導の実際」

グループ③「コード4の調理指導」

○どんな肉調理を指導しているか？

- ・こまかくしてあんかけ
- ・ひき肉
- ・柔らかくなる粉
- ・ひき肉をハンバーグとか肉団子にする
- ・ひき肉でハンバーグや肉団子にしてあんかけ
- ・肉団子のつなぎに片栗粉を使う
- ・ひき肉だけの使用は×
- ・圧力鍋
- ・煮物（肉じゃが、カレー、シチュー）で良く煮込んだもの
- ・柔らかく煮る
- ・うすく、または小さめに切る（繊維に垂直に切る）
- ・試食でイメージ（スベラカーゼミート調理）

○どんな魚料理を指導しているか？

- ・骨なし魚の紹介
- ・ねぎとろ
- ・さしみ
- ・ぶり、繊維が多い魚は控える
- ・脂ののった魚（塩サケではなく、トラウトなど）をしようする
- ・ほぐしてあんをかける
- ・煮る、蒸すなどの調理 焼くならマヨネーズ焼き
- ・焼くならおかゆなど水分と一緒に組み合わせる
- ・焼き魚におろしあん
- ・揚げは衣を柔らかくし、煮る
- ・はんぺん○ かまぼこちくわ×

○市販品購入についての指導の工夫

- ・豆腐 ・卵豆腐 ・レトルトカレー ・中華丼など
- ・魚缶詰 ・茶碗蒸し ・冷凍グラタン ・冷凍ドリアなど
- ・バナナ ・ソフトつみれ ・はんぺん ・だし巻き卵
- ・カニクリームコロッケ ・ハンバーグ ・肉団子 ・温泉卵
- ・焼き鮭 ・サバみそ煮 ・ムース フルーチェ
- ・缶スープ ・レトルトスープ
- ・肉を柔らかくする酵素 ・スマイルケアの紹介
- ・エネルギーの高いもの ・簡単に即食べられるもの ・安価

- ・歯ぐき出でつぶせるもの

○低栄養の工夫

- ・体重をはかる
- ・油を入れる ・マヨネーズの使用 ・クリームチーズを使用
- ・白和え、和え衣にして食べやすく、カロリーUP
- ・間食（薄皮クリームパン）
- ・間食を食べていただく（アイス、プリン、ヨーグルトなど）
- ・味をはっきりさせる ・好きなものを食べていただく
- ・見た目がよい ・形のある物 ・香りのある物 ・食器の工夫