

みんなで創る栄養の未来、読者参加型実践マガジン

ヘルスケア・レストラン

2019

8

AUG.

「特集」栄養管理に不可欠なこの一手

「ジーンバイオ」の 達人をめざせ

介護老人保健施設スカイ(横浜市保土ヶ谷区)

衣笠病院(神奈川県横須賀市)



栄養補助食品を利用して
嚥下調整食の栄養価アップ

特別養護老人ホームしゃんぐりら(川崎市幸区)



その方の笑顔を引き出す
食事提供を追求する

花と森の東京病院(東京都北区)



必要とされる
希少価値のある管理栄養士へ

医療法人社団 嬉泉会
 春日部嬉泉病院 病態栄養部

あら い ゆき え
新井 章恵さん



元気においしく食べれる
 患者さんを増やす!

座右の銘を
 書いてもらいました

食を制限された患者さんに寄り添い “食べる楽しさ”を守ってあげたい

大学卒業後、透析の専門治療を行う病院を活躍の場に選んだ新井さん。日々の業務で大きな割合を占めるのは、糖尿病性腎症や血液透析、腹膜透析などで食を制限された患者への栄養指導。そんな新井さんの仕事にかける想いをうかがった。

母と同じ管理栄養士の道で 患者さんに寄り添いたい

母が結婚前に管理栄養士として働いていたので、管理栄養士という職業に対しては、子どもの時から興味をもっていました。将来の進路にすると決めたのは、高校生の時。国家資格を取りたいという思いもありましたが、何より「食」にかかわる知識を身につければ、自分や家族の暮らしにも必ず役立つと思ったからです。

大学卒業後は、患者さんと直接かかわることができ、さまざまな病気について学べる病院というフィールドをめざすことにしました。春日部嬉泉病院に入職したのは理由があります。入職先を探し始めた頃、おじが人工透析を受けることになりました。そんな時、透析の専門治療で知られる当院を知り、おじと同じ透析患者さんに寄り添いたいと思ったのです。

栄養指導に欠かせない コミュニケーション力

当院の病態栄養部は、管理栄養士11人、栄養士3人、調理師3人、調理補助2人の計20人で構成されています。メンバーは22〜65歳と幅広い世代が揃っており、月に1回、全員で栄養と料理に関する話し合いを行っています。

新人の頃、私が一番苦労したのは、栄養指導での聞き取りでした。普段どんなふうに食事をしていくのか、どんな食べ物が好きなのか、今何に困っているのかなどを限られた時間のなかで把握しないと、具体的な指導はできません。でも当時の私は、教科書どおりに質問するだけで精一杯。口数の少ない患者さんと情報がうまく引き出せず、しどろもどろになることさえありました。そんな時いつも助けてくださったのが先輩方。栄養指導中も後ろからそっと見守り、さりげなくフォローしてくださったのです。世間話をきっかけに患者さんの生活習慣や好みを次々に引き出すテクニクは、管理栄養士として大切なスキルの1つ。常にそのお手本を示してくれた先輩方には、本当に感謝しています。

入職して6年目になりますが、患者さんへの聞き取りや伝え方は、今でも私にとって大きな課題の1つです。たとえば、患者さん本人は「毎日しっかり食べています」と言っているけど、血液検査データなどと突き合わせると「食べていない」と判断せざるを得ないケースがあります。そういう場合は、ご家族に電話して聞き取るなど、別のアプローチから正しく状況を確認するようにしています。

また、透析予防で塩分やたんぱく質が制限されている患者さんの場合、透析導入にまで進行させたくないという思いから、食事量そのものが減ってしまい、エネルギー不足に陥る方もいらっしゃいます。日々の生活のなかで「食べる」ことが不安という想いはたくさんあります。ですから、そういう患者さんにはまず、不安を取り除くことに重点を置きます。「とり過ぎたらいけないのはたんぱく質で、エネルギーはしっかりとらないと身体によくない」ということを根気よく説明し、どんな食品をどのくらいの量とればいいのか、本人の食の好みも取り入れながら具体的なアドバイスをするよう心がけています。特に患者さんが一人暮らしだと、食事の支度が

自分が指導する立場になり 先輩方のすごさを改めて実感

もう1つの課題は、先輩への指導。私も今では新人を指導する立場になりましたが、教える大変さを日々実感しています。忙しいとつい「自分でやったほうが早い」と手を出したくなるのですが、ある程度任せないと、後輩たちは仕事を覚えられません。見守りつつも、必要な時にフォローするのは本当に難しい。新人時代にお世話になった先輩方がどんなにすごかったか、ひしひしと感じています。私もそんな先輩方に少しでも近づけるよう、頑張っていきたいです。



「魚の切り身なら手の平くらいの大きさですよ」。栄養指導では、食品サンプルを使いながら、わかりやすい表現で伝えるよう心がけている

やりがいを感じる瞬間は、患者さんが私の名前を覚えてくれて、頼りにしてくれること。「新井さん、聞きたいことがあるんだけど!」などと話しかけられると本当にうれしいです



栄養指導で患者から聞き取った情報は、必要に応じて看護師らとも共有。カンファレンスにも週2回出席し、ほかのスタッフとの情報共有を大切にしている