栄養指導最前線

腎臓病の食事療法は難しい、何度聞いても良くわからない。そんな印象を持っている方は多いのではないでしょうか。

栄養指導・栄養相談を担当している管理栄養士の方々もさまざまな思いを持って栄養相談に臨んでいると思います。



食材の選択、 計量はどうしたら わかっていただけるか? どんな料理が お好きなのか、 調理は得意なのか?

etc...

このコーナーではそのような栄養指導・栄養相談に臨む管理栄養士さんの姿をお伝えしたいと思います。

今回は、増子記念病院 臨床栄養課 管理栄養士 朝倉先生にお話しを伺いました

特定医療法人 衆済会 増子記念病院は名古屋駅から西へおよそ 1km、中村区役所近くの交通の便のよいところにあります。



◀朝倉先生



▲病院正正

昭和21年の開設以来、肝臓病を中心とした消化器領域と腎臓病領域が特長の病院で、栄養指導には力を入れられています。

お伺いした臨床栄養課主任の朝倉洋平先生は「日本病態栄養学会認定 腎臓病病態栄養専門管理栄養士」として活躍されています。

Q&A

朝倉先生にお聞きしました!

集団調理実習を積極的に行っている病院と聞いていますが、どのくらいの頻度でおこなっていますか?



▼平成26年に 建て替えられた 1号館の調理実習室 (ひろくて、明るくて、 きれいです)

- ↑ 腎不全保存期の調理実習は月4回行っています。毎回10名程度の方が参加され、患者本人だけでなく、ご家族の方も参加されています。また、月1回の診察日に合わせて参加される方が多いため、参加者同士が繋がり、お互いに励まし合い・支え合うことで、闘病意欲が保たれていると考えています。他にも、血液透析期、糖尿病、肝臓病の調理実習を行っています。
- 回 調理実習は講義形式の指導より準備に時間が かかると思いますが、調理実習を積極的に 行っている理由を教えてください。



◀調理実習メニュー (どれもおいしそうです)

- 「腎臓病の食事療法は難しい」と不安のある中で、調理実習を通じて、実際の食材やボリューム、味付け、工夫点などを体験して頂き、通常の食事指導だけでは伝えきれない部分を補っています。また、毎月行う調理実習のため、定期的・長期的な支援が可能となります。腎臓病の食事療法でも、ちょっとしたコツさえつかめば、大きなストレスを感じることなく、長く続けていけると考えています。そのためにも、参加者の方が「来てよかった」と感じて頂けるよう、毎回しっかり準備をして調理実習に臨んでいます。
- 最後に一言お願いします。
- ↑ 腎臓病では、その機能低下のスピードを遅らせるために総合的な管理をします。それを、保存療法といい、保存療法には、薬物・運動・食事療法に加え、生活習慣の改善などがあげられます。もちろん食事療法は大切な保存療法の一つとなりますが、「何が何でもきちんと、厳格な制限をしないといけない」ということではありません。患者さんの中には「食事療法を行うことが目的」となってしまい過剰な食事制限による栄養状態の低下や脱水を引き起こしてしまう場合もあり、注意が必要となります。 私たちは、患者さんそれぞれの生活状況や考え方を踏まえた個性を大切にし、柔軟性のある食事指導・調理実習を心掛けています。現在では、食事療法の手助けとなる様々な調整食品(たんぱく・塩分調整、エネルギー補給)も販売されています。これらの調整食品も自分のライフスタイルや嗜好に合わせて、取り入れていくと継続しやすくなるでしょう。