NUTRITION SUPPORT TEAM　　OCTOBER, 1 2009

Nutrition Support Times

嚥下評価のポイントについて

９月のＮＣＭ講演会は渡邉言語聴覚士より嚥下評価のポイントについてお話いただきました。スクリーニング検査と嚥下評価、ＶＦ・ＶＥの実際の映像（表面的にはわからない食物の流れがわかった。）による嚥下の状態、また実技（チェアマンの患者役）も交え、よく理解できたと思います。患者の嚥下状態に合わせた食事形態の見極めや、適した姿勢、一口量や食べるペースなど安全に経口摂取していただくポイントも参考になりました。経口摂取は患者さんの今後のＱＯＬに深くかかわってきます。患者さんの嚥下の様子を正しく把握し、安全な経口摂取をすすめていけるよう一緒に頑張りましょう。嚥下評価で困った時・迷った時は、ＮＳＴ摂食嚥下サポートチームにご相談ください。12 月 12 日には第 2 回神戸スワローズの開催も決まっています。地域と継続した嚥下訓練を勧めていくための会です。どうぞ参加してください。

ハ～イ。今からのどの動きをみさせてくださいね～。

口を大きくあけてください。氷水で冷やしたｋスプーンをいれますから、入ったら口を締めてなめてください。

唾液がでてきたらゴックンと呑み込んでください。喉頭の挙上を確認します。
（ごっくん）ハッキリと挙上したのがわかりました。問題はなかったですね。

ＶＦのことなら任せなさ～い。

よく噛んで食べてますか？

嚥下障害のない皆様方は、複雑な嚥下のしくみをあまり考えたことがないどころか、噛んで食べることも忘れている方が多いようです。大分医科大学名誉教授の坂田利家先生はこの噛むこと、咀嚼することがダイエットにも有効だといわれています。少し紹介してみましょう。

「満腹中枢は交感神経の中枢でもあるので、咀嚼中枢の賦活によって脳のヒスタミン神経系が活性化されますと、交感神経経由でとりわけ内臓脂肪が燃焼することになります。つまり、咀嚼は内臓脂肪を特異的に減らします。もっと詳しく調べると、咀嚼は内臓脂肪を分解するだけでなく、脂肪合成に必須な酵素の活性を抑え、さらには脂肪の材料になるグルコースを脂肪細胞内へ取り込ませないように働いていることがわかりました。このように、咀嚼は三段構えで内臓脂肪を減らすので、内臓脂肪の削減法としては優れた効果を発揮します。」ということです。

昔の人はよく噛んで食べていたようですね。現代人は飽食に慣れ、食べやすいものばかり食べているんでしょうね。 でもよく噛むというだけでそんなダイエット効果があるのならやってみようかなと、思った方もいらっしゃったでしょうが、これもみんな習慣ですから気長にやらないと見違える人にはなれないでしょうね。またダイエットするならやっぱりプラス運動はかかせないと思います。日々の努力が大事なんでしょうね。

脂肪乳剤投与時間

当院では脂肪乳剤としてイントラリピッド20%製剤を試用しています。昨年よりかなり使っていただけるようになってきました。しかし、いつでも誰でも同じ時間で投与指示するのはしないでください。右の表をどうぞ使ってください。

ｲﾝﾄﾗﾘﾋﾟｯﾄﾞ投与時間

体重kg	時間
30	6.7
35	5.7
40	5.0
45	4.4
50	4.0
55	3.6
60	3.3
65	3.1
70	2.9
75	2.7

NCM 講演会予定

月日	内容	担当
11/26	呼吸器の栄養	立川先生
1/28	未定	未定

ＮＳＴカンファレンス・回診
毎週水曜日　pm1:00～
8 北(861)　NST ｶﾝﾌｧﾚﾝｽﾙｰﾑ