千刈狸の呟き

～ 地域ＮＳＴ－地域栄養士の奮闘記－ ～

減 塩 狸

令和４年12月28日付の第８次医療計画等に関する意見のとりまとめでは「在宅療養患者の状態に応じた、栄養管理を充実させるためには、栄養ケア・ステーション等の活用も含めた訪問栄養食事指導の体制整備が重要である。」とされておりますが、由利本荘・にかほ市では病院の外にも、調剤薬局や診療所に管理栄養士が10名も地域で活動しているのをご存知でしたでしょうか？

とある調剤薬局では訪問薬剤指導に栄養士が同行し、在宅患者への食事指導や、キッチンを使って料理教室、ジム利用者への食事相談をおこなっているとのこと。在宅では半年以上胃ろうで絶飲食だった方が、今では奥様の手料理を３食、経口摂取されているそうです。

また、とあるクリニックでは５名の管理栄養士が、外来栄養指導や訪問栄養指導、栄養ケア・ステーションの運営、事務職を兼務することで医師や看護師の働き方改革にも寄与しているそうです。医療保険ではがん、心血管疾患、糖尿病、さらには精神疾患に対する栄養指導、行政栄養士や保健師とICTで協働しCKDの透析導入予防に力を入れているとのことです。また栄養ケア・ステーションでは医療保険では扱えない生活習慣病予防や肥満等への栄養及び運動指導、最近では日本臨床栄養代謝学会の指針を参考にCOVID-19感染者や施設クラスターに対してNST介入も行っているとのことです。そして訪問栄養指導としては、地域の訪問看護師や訪問リハビリテーション、訪問薬剤師等、多法人・多職種のコメディカルとICTを利用することでReal timeかつSeamlessに情報共有することで摂食・嚥下障害患者に対し、栄養管理だけでなく、MWSTやFT等の摂食・嚥下スクリーニング、食形態の提案や介護者への調理指導等、側面から支援しているとのことである。コロナ下でもご家族の協力のもと、在宅で最期まで口から食べて、ご家族に囲まれながら、永眠されるそうです。また往診車を運転し医師と同行訪問することで、食支援だけでなく、事務職として医師や看護師のカルテ準備や主治医意見書作成補助、また診療所の生産性向上の為、DXにも携わっており、クラウドサインのRe：Change Awardも受賞したらしい。

狸自身も厳しい（笑）指導を受け、朝食のたんぱく質摂取増加、推定塩分摂取量8.0gに減塩、ギリシャヨーグルトやオリゴ糖を始めたせいか、アレルギーが改善、今年は花粉症と手湿疹が嘘みたいに治ってしまいました。食事・運動療法が苦手な患者さんがいましたら、全国でも珍しい、地域栄養士さんを頼ってみてはいかがでしょうか？食事・運動療法の可能性を日々感じております！