

12月 栄養課だよ!



院内活動報告

~12月の 行事食「クリスマス」~

おしながき

- ・ローストチキン
~バーベキューソース~
- ・フロッキーとカリフラワーの
カレーコンソメ和え
- ・スパゲティノデー
- ・かぼちゃサラダ
- ・ミネストローネ
- ・いちごソースのチョコババロア



Merry
Christmas!



~11月の 行事食「秋の行楽弁当」~



お弁当に詰めました♪



嚥下食も
彩り豊かに😊

おしながき

- ・きのこご飯
- ・天ぷら
- ・炊き合わせ
- ・白菜とかまぼこの
おかか和え
- ・ようかん



○11月の集団栄養教室「高血圧症」

おしながき

- ・さつまいもご飯
- ・れんこん入りつくね
- ・春雨の酢の物
- ・ゆず香る和風サラダ
- ・きのこの和え物
しそ風味
- ・ぶどう寒天



11月は「高血圧」をテーマにお話させていただきました。今回はお弁当の内容を一新し、より患者さんに美味しく学んでいただけるよう工夫しました。美味しく減塩をする工夫にも繋がりますが、すべてのおかずの塩分を控えるのではなく、メインの1品のみ減塩なしでの味付けを行い、味にメリハリをつけました。食事は毎日のことなので、長続きするような食事療法を提案していきたいと思っております。

減塩

○12月の集団栄養教室「脂質異常症」



おしながき

- ・キーマカレー
- ・野菜サラダ
- ・美肌ゆずゼリー



12月は「脂質異常症」をテーマにお話させていただきました。今回はいつも以上にたくさんの方々に参加していただきました！また、今回メニューを一新してキーマカレーの提供を行いました。ルーが少なく減塩である上に、ごぼうなどの野菜をたっぷり使用し、食物繊維も豊富なカレーとなっています。元々カレーは病院食の中でも人気メニューの1つであり、今回も多くの方にご満足いただけたのではないかと思います。

脂質異常症についてのお話も皆様真剣に聴いておられました。来年も皆様にご満足いただける集団教室を行っていきたいと思います。

○11月の透析教室「減塩」○

11月の透析集団教室は「減塩」をテーマに座談会方式でお話させていただきました。最近ではスライドを使用しながらお話をすることが多かったのですが、座談会方式にすることで患者さんからの発言をたくさん聴くことができ、また、患者さん同士の意見交換の場にもなりました。



★NST勉強会～トロミ剤デモ会～★

12/8(金)にNST委員会の勉強会で株式会社明治様よりトロミ剤の使用方法やトロミの強度についてお話いただきました。

院内でも嚥下機能の低下がある患者さんに、弱・中・強の3段階でトロミをつけていますが、今回の勉強会では強のトロミを皆様に体験していただきました。

トロミはつけたらつけただけ安全という訳ではなく、強すぎても咽頭にへばりついてしまい、逆に窒息のリスクになる可能性があります。患者さんへ適切なトロミ付きの飲み物を提供するためにも、医療スタッフがトロミの強度についてしっかりと理解しておくことが大切だと思います。



たくさんの方にご参加いただき、ありがとうございました。



院外活動報告

★京都桂病院～認知症ケアセミナー～★



11/10(金)京都桂病院にて「認知症の方の食べる力を高める」というテーマで、北海道医療大学の山田律子先生がご講演されました。認知症の方は思うように食事が進まない時があります。その時、対応次第で食べる力を高めることが出来るという大変貴重なお話を聞かせて頂きました。



今回何よりも嬉しかったことは、出雲副院長をはじめ奥田師長・看護部2名・OT2名・ST3名・薬剤部2名栄養課1名と、多職種で参加できたことです！

★心不全研修会★



11/11(土)に心不全研修会が開催され、栄養課より2名参加しました。慢性心不全の進行は、急性の増悪を繰り返し、段階的に機能低下していきます。水分、塩分制限の必要性を再認識すると共に、悪化後の全身状態を回復させることの重要性を学びました。

また、慢性心不全は体重が低下しやすい状態にも関わらず、浮腫を起こしやすい状態のため、体内の水分の増加により体重の減少はマスキングされやすく、現状の評価の難しさを考えさせられました。

★北河内病院栄養士研修会★



11/22(水)に北河内病院栄養士会の研修会に栄養課より1名参加しました。この勉強会では、最初に全員で講演を聴いた後、小グループに分かれ、食事介助を実際に行ったり、嚥下調整食を実際の作り方を学んだり、現在悩んでいること等について話合ったりしました。

食事介助実習では、普段は食事内容を考える立場ですが、実際に介助を行うことの難しさや、配慮すべき点について学ぶことが出来ました。

嚥下調整食については、圧力鍋の使い方について講習を受け、在宅でも出来る柔らか食の作り方について、学びました。

グループワークでは、他施設や他職種がどのような点で困っていて、どのように対応したか等話し合いました。実際に起こった症例を共有し、各々の施設で活かしていきたいと思いました。

嚥下食については院内・院外での基準の統一や食事介助の仕方、在宅での実践など課題が多くあります。院内スタッフや他施設との情報共有を行いながら、より適切な嚥下食を提供できればと思います。



★適塩フォーラム In京都★

11/26(日)は、京都栄養医療専門学校で開催された、第2回 適塩フォーラムに参加してきました。

当日の嵐山駅は、今季最後の紅葉がとてもキレイでした！

琉球大学の等々力先生のお話は、沖縄の平均寿命の順位が落ちてきているお話から、沖縄での食育の話まで幅広く、今後の適塩の必要性を再確認しました。

そのあとは、今の高齢化社会に必須となってきている宅配食の試食会！7社のお弁当を、味付け、固さ、何食から対応が可能か、などを食べながら質問できたりと、色々な点を比較することができ、患者様に合ったお弁当を選択できるための良い機会となりました。

当院でもこんな機会が設けられるようにしたいと考えています。



今年も大変お世話になりました。2018年もよろしくお願い致します。

