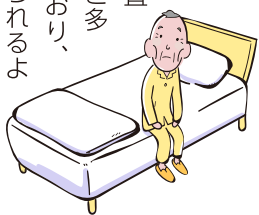


入院中の栄養について

NST活動と看護師の役割

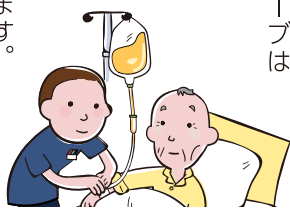
◎入院患者さんの栄養について

日頃、社会で生活している私たちの周りにはスーパーやコンビニエンスストア、レストランまでお金を出せばすぐに食べものが入手できる環境が整っています。よく言えば「豊かで恵まれた不自由のない環境」と言えるかもしれませんが、別の言い方をすれば「注意しないと生活習慣病や糖尿病などのリスクがどこにでもある環境」とも言えます。体重に関しては、いかに減らすか（ダイエット）ということを考えている人の方が体重を増やすことを望んでいる人より多いのではないのでしょうか。一方、入院患者さんに目を向けると、私たちNST（栄養サポートチーム）が介入している患者さんの多くが痩せていたり、食事が食べられなかったり、そのほとんどが栄養が足りていない患者さんです。



◎どうすれば体重が増やせるのか？

ダイエット目的の人たちからすれば、体重を増やすことはそう難しくないように感じるかもしれませんが。しかし、「食べたくない」「食べられない」患者さんたちにとってこの課題は非常に大きなハードルとなります。どうしても口から食べられない患者さんには一時的に鼻から胃までチューブを通して栄養剤を投与したり、心臓に近い太い血管に高いカロリー点滴を投与したりして、とにかく「栄養」を体に投与していきます。栄養状態が改善すれば点滴や胃チューブは早々に抜去します。



ここで問題となるのは栄養介入による効果がすぐに表れないことです。発熱のある患者さんに解熱剤の点滴や内服薬を投与すれば比較的早期に熱は下がります。しかし、栄養剤を投与した次の日に今までげっそり痩せ細っていた患者さんが、標準体重になっていることなど不可能だと容易に想像できると思います。人が生きていく上で栄養は非常に大切なものだと誰もが認める一方で、効果が現れるまで数週間、数ヶ月かかってしまいます。根気強く治療していくことが重要になります。

◎必要カロリーをとればいいのか？

私たちはただ寝ているだけでもカロリーを消費します。当然水分も毎日摂取しなければ容易に脱水に陥ってしまいます。既述したように、どうしても口から食べ物を摂取できない場合は、胃チューブや点滴といった方法で必要カロリーを投与していきます。ここで問題です。①口から食べる②胃チューブから栄養剤を投与する③点滴で栄養を投与する④全て同じカロリーだとしたら体に及ぼす効果も同じでしょうか？答えは「ノー」です。点滴では必要分のカロリーは投与できても、胃腸を使用しません。ベッドの上ですと寝ていると筋肉が衰え、歩けなくなってしまうことと同じように体の中の胃腸も使用しなければ委縮して機能が低下します。胃腸を使用しない期間がさらに長くなると、悪い菌が胃腸の内側から血管に移行し「敗血症」という重篤な疾患の原因になってしまいます。これを「バクテリアルトランスロケーション」と言います。「胃腸が使用できるなら使用する！」あまりにも当たり前のことですが、これは日本臨床栄養代謝学会が謳っている最も重要なスローガンです。では、胃チューブからの栄養剤投与と口からの摂取。どちらがいいでしょうか？どちらも胃腸を使用します。当然、口から食べてしっかり食物の味を噛みしめる方がいいに決まっていますよね。



望月 誠
看護師/集中治療室
集中ケア認定看護師
NST専門療法士