

がんはる栄養士を応援します!

92

今回の期待の星は、福島県いわき市にある常磐病院の山口里美さんです!

わたしたちの施設の 期待の星

公益財団法人ときわ会常磐病院診療支援部栄養課
山口里美

Yamaguchi Satomi



NST 専従として院内の調整役を担う

NST 専門療法士の資格を有する山口さんは、NST 専従として院内調整を図りつつ、管理栄養士の立場から、患者の食事摂取量、採血データなどの情報をもとに食事量や食形態の調整、栄養補助食品の提案を行っている。アルブミン値や食欲不振など、さまざまな情報から対象患者を拾い上げているが、透析ナースから山口さんへ直接連絡が入ることもあり、院内全体が低栄養を見逃さない姿勢で日々の業務に取り組んでいる。



- やまぐち さとみ
- 29 歳
- 福島県出身
- 管理栄養士 8 年目

母親の知り合いに管理栄養士がいたという山口さんは、高校 1 年生のときに管理栄養士を目指して進学先を決めた。CKD 患者や透析患者への指導をおもに行ってきたが、現在は NST 専従として、栄養管理が必要な患者に最良の方法で日々の栄養支援を行っている。嗜好に合わせた食事や栄養補助食品の利用、経腸栄養および静脈栄養の提案など、積極的な栄養治療で患者の低栄養を防いでいる。

CKD 患者へのきめこまやかな栄養指導

栄養課ではとくに CKD の栄養指導に力を入れており、CKD 特別外来栄養指導では、推算糸球体濾過量 (eGFR) や、たんぱく質摂取量、食塩摂取量などについて、患者ごとにグラフを作成して、分析したデータから導きだしたエビデンスをもとに指導している。また、自施設で作成した栄養指導ツールも用いており、視覚化することで患者が食事療法に取り組みやすいように工夫している。腎臓内科外来の診察には管理栄養士も同席し、2015 年からは CKD 患者の教育入院もスタートした。山口さんは NST 専従のため栄養指導業務は行っていないが、栄養課全員が腎臓病に特化したスペシャリストである。



栄養課係長の日置清子さん。日置さんは山口さんについて「勉強熱心で、高齢者とのコミュニケーションも上手にとれており、後輩たちのよいお手本になっている」と話す。

【おいしい食事で 透析治療をサポート】

常磐病院の食事の内訳は、一般常食 25%、透析食 68%、たんぱく質コントロール食 7%で、制限が多いと感じる透析患者にもおいしい治療食を提供している。季節の食材を使用した行事食も華やかで見た目も味もおいしいと患者に好評だ。毎日のようにミールラウンドを行い、患者が実際に食事している様子を管理栄養士の目で確認し、摂取量や摂取状況を把握したうえで患者の要望を反映した食事を提供している。



いわき市は魚がおいしく、刺身や寿司を好む人が多い。握りずしの実演は患者も笑顔で楽しんでた。



クリスマスの行事食。オムライス、えびかつ、マカロニサラダ、クリスマスケーキ、牛乳。



クリスマスの行事食（全粥）。全粥、鶏肉のホワイトソース煮、マカロニサラダ、クリスマスケーキ、牛乳。



節分の行事食。いなり寿司、太巻き寿司、茶碗蒸し、はくさいとにんじんの和えもの、福豆、牛乳。



ひな祭りの行事食。ちらし寿司、ちくわの天ぷら、キャベツとみつばの和えもの、ひなあられ、牛乳。

デザートバイキングでは、ケーキや和菓子などをカートに乗せてベッドサイドに向かい、患者に好きなものを選んでもらう。



【管理栄養士が働く場所は病棟！ 患者が望む情報提供はベッドサイドで】

各病棟で行う NST カンファレンスはもちろん、糖尿病疾患による透析患者の回診（HDDM 回診）や退院支援カンファレンス、透析中の運動療法にも管理栄養士が立ち会っている。透析患者は高齢化が顕著で、治療の継続にはたしかに食事制限は必要だが、低栄養も大きな問題になっている。常磐病院では、患者が必要とする情報を管理栄養士が直接アドバイスできる場が多い。



糖尿病疾患による透析患者の回診にも立ち会い、患者にタイムリーな情報提供を行う。



透析中に運動療法を行う患者。各ベッドに設置されたモニターに運動指示が表示される。患者は足首に重りをつけており、個々に合った負荷をかけて無理のない範囲で運動を行う。安全で効果的な運動療法が行えるよう、管理栄養士も患者とコミュニケーションをとりながら、栄養量の変更などが必要かどうか判断し、提案していく。

常磐病院オリジナルの CKD 栄養指導ツール。実際の食材の大きさとたんぱく質の分量がパッと見てわかり、適した調理方法まで記載されている。患者が食事療法に安心して取り組める。



地域住民とともに生きる ともに歩む

2010（平成22）年よりときわ会常磐病院として診療を開始。以降、全自動透析システムや手術支援ロボット・ダヴィンチ、PET-CTなど新たな医療機器も積極的に導入し、地域住民が高水準の医療を受けられるよう、さまざまな取り組みを行っている。透析治療および泌尿器科を中心に、地域の声に対応した診療科目の充実を図り、2016（平成28）年には新たに血液内科の診療もスタートした。いわき市の中核病院として、市民の生活に寄り添った医療サービスを提供している。



ときわ会グループのキャラクターのトッキー&ふろーれんす。かわい
いぬいぐるみは患者にも大人気。スタッフが手づくりしたトッキー&
ふろーれんすも味があってイイ！
<https://www.tokiwa.or.jp/tokky-florence/>

患者の治療と食事を支える 栄養管理のプロフェッショナル

ときわ会グループの入院・外来・透析患者を管理栄養士10名がカバーし、毎月約800名への栄養指導を行っている。患者の高齢化がすすんでいるため、患者に了承を得たうえで支援日記や連絡帳、時には電話なども活用しながら、家族に対しても患者に最適な食事および栄養補助食品のアドバイスをしている。給食管理は委託で行っているが、管理栄養士も入職時には厨房で研修を行い、栄養指導の内容と実際の食事がかけ離れないように、メンバー全員がいていねいな指導を心がけている。



DATA

公益財団法人ときわ会常磐病院
〒972-8322
福島県いわき市常磐上湯長谷町上ノ台57
<http://www.tokiwa.or.jp/hospital/jyoban/>
ベッド数…240床（一般120床、療養120床）
透析ベッド数…136床
診療科…17科



若い管理栄養士が多いが、係長である日置さんのリーダーシップにメンバーは絶大な信頼を寄せている。栄養課の理念は「主治医は患者さん自身である～食事療法を継続的に行うために、低栄養を防止する～」。



取材後記

山口さんは「管理栄養士さん」と呼ばれるのではなく、「山口さん」と呼ばれる存在でありたいと話す。言葉遣いもていねいで、優しい雰囲気治療中の患者を癒やしている。透析中の患者と目線を合わせてにこやかに話す様子は、まるで家族のようにあたたかかった。（編集室／西川）