

高齢者の栄養管理

宮内 眞弓[†]第67回国立病院総合医学会
(平成25年11月8日 於金沢)

IRYO Vol. 68 No. 12 (609–611) 2014

要旨

わが国での高齢化は世界に類を見ないほどのスピードで進行している。高齢者の増加にともない疾病発生リスクが高くなり、入院が長期化する脳血管疾病が悪性腫瘍より増加している。介護においても一人暮らしの高齢者が増加することが見込まれている。一人暮らしは低栄養のリスクが高くなると同時に抑うつや閉じこもりから要介護状態に陥るリスクでもある。要介護状態にある高齢者は10年で2倍以上に増えている。今後の高齢者医療は病気を治すことから癒し、支え、看取ることが重要視される時代となる。高齢者医療を考えるうえで栄養管理は最も重要な位置づけとなる。

高齢者の栄養管理は栄養改善サービスを実施することで改善効果があり、疾病既往歴の高齢者にとっては栄養改善サービスを行うことで2倍近くの栄養改善効果があるとされている。高齢者にとって食事摂取は筋タンパク・内臓タンパクの維持であり、身体機能や生活機能、免疫能の維持となる。これは要介護状態や重症化を予防し、QOLの維持・向上、健康寿命の増大となる。高齢者の食事摂取量の減少は、認知症、廃用症候群、摂食嚥下機能や味覚・嗅覚の低下が要因として考えられる。これらを踏まえ安全でおいしい食事、楽しい食事の提案が必要である。

高齢者の栄養を考えるうえで入院中の食事以上に退院後在宅での食事の継続が重要となるが、在宅での栄養管理はまだ十分に行えていない。安全な食事の継続をするためにも多職種の連携による地域医療に積極的に栄養士が参加しなければならない。病院栄養士がまず取り組まなければならない事項として、栄養サマリーをとおしての情報提供・情報共有である。継続的に栄養管理をしていくために在宅訪問栄養指導が重要となる。

キーワード 低栄養、要介護、栄養管理、在宅訪問食事指導

はじめに

厚生労働省は高齢者医療制度改革において、地域

で包括的かつ持続的な在宅医療・介護の提供を推進すべく在宅医療を担う医療機関等の役割強化を図り、多職種協働による在宅医療・介護の提供を推進する

国立病院機構東埼玉病院（現所属 国立がん研究センター）[†]管理栄養士
(平成26年2月28日受付, 平成26年10月10日受理)

Nutritional Management of the Elderly
Mayumi Miyachi, NHO East Saitama Hospital (National Cancer Center)
(Received Feb. 28, 2014, Accepted Oct. 10, 2014)

Key Words: undernutrition, requiring, management of nutrition, home-visit nutritional support