

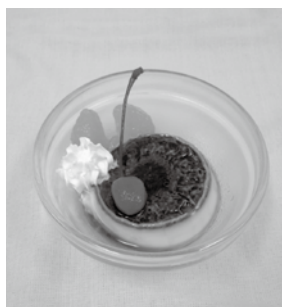
# 仁淀病院からのお知らせ

## こんにちは！栄養科です

主任管理栄養士 新谷 美智

がんになると多くの患者さんは、がんの症状や治療によって、食欲不振、吐き気、嘔吐、下痢、便秘、口内炎、嚥下障害、痛み、うつ病、不安などを発症し、適切な栄養を十分に摂取することができません。そのため、がん患者さんのための食事では、がんの症状や治療の副作用に対処する必要があります。

当院では、医師、看護師、薬剤師、栄養士、臨床検査技師らが参加し、個々の患者さんの栄養状態を把握して、一人ひとりの患者さんにあった栄養プランを作成する栄養サポートチームにより栄養管理をしています。栄養科では、患者さんの嗜好に応じた「オンリーワン食」の提供をしています。



### 【体重減少が気になる場合】

まずは食べられるものから栄養をとります。ポタージュスープや冷製スープ、プリン、ゼリー、ババロア、ムース、ヨーグルト、カステラ、アイスクリーム、雑炊、おにぎり、混ぜご飯、五目寿司、ソーメン、煮込みうどん、サンドイッチ、ホットケーキ、フレンチトーストなどの炭水化物でエネルギーを十分に補給します。

### 【食欲不振では・・・】

カレーライス、麺類、酢の物、オレンジジュース、ヨーグルト、プリン、茶わん蒸し、豆腐、山芋、主食ならお餅がおすすめ、お雑煮、おろし餅、きなこ餅、お汁粉、おはぎ、具沢山の汁物やスープ、豆腐などの大豆加工品、乳製品、卵などです。

### 【口内炎でのお勧めの食べ物は・・・】

おかゆ、雑炊、にゅうめん、煮込みうどん、フレンチトースト、冷奴、卵豆腐、茶わん蒸し、温泉卵、牛乳、ヨーグルト、柔らかい野菜、すりおろしりんご、バナナ、ポタージュ、ミルクケーキ、ゼリー、プリンなどです。

### 【味覚障害では・・・】

酸味やしょうゆ味を苦く感じる、金属味を感じる場合は、食前にレモンやフルーツジュースを、塩味は控えめ、昆布やかつおなどだしの風味、香りを利用する。

#### ○甘味を強く感じる場合は、

塩、しょうゆ、みそ味を少し濃い目にする、砂糖やみりんを控える、酸味のあるジュースや酢、スパイスを利用する。

#### ○味を感じにくい場合は、

濃いめの味にする、果物、酢の物、汁物を増やす、食事の温度を人肌程度にする。

#### ○食べ物を苦く感じる場合は、

酸っぱいドロップ、キャラメルを舐める。亜鉛の多い食品を補充する。主食で、玄米、そば、主菜で牛赤身肉、うなぎ、かに、ホタテ、牡蠣、数の子、レバー、卵黄、副菜で、そらまめ、とうもろこし、たけのこ、その他に、チーズ、抹茶、ココアなどです。

お食事がとれない場合は、お気軽にご相談ください。

## 居宅介護支援事業所「によど」のご案内

当事業所は介護保険の要介護認定を受けた方を対象に、住み慣れた家で安心して暮らしていくために必要な介護サービスが受けられるように、介護相談やケアプランの作成を行っています。ご本人・ご家族の生活状況やご意向をふまえ、関係するサービス提供事業所と密に連携し、ご本人ができることをいかして生活の質をより良いものにできるようにお手伝いします。在宅介護についてお困りの方はお気軽にご連絡ください。

※町内には居宅介護支援事業所が「によど」を含めて8か所あり、ご希望の事業所を選定することができます。

居宅介護支援事業所によど（仁淀清流苑内） ケアマネジャー：前田 多映 井川 聡美

☎ 850-4358