

## PB-160

### 妊娠糖尿病患者の栄養指導の在り方

長野赤十字病院 栄養課

○橋本 典枝、竹内 未来、東方 千恵美、池田 千鶴子

【目的】2010年の妊娠糖尿病の定義・診断基準の改定に伴い、妊娠糖尿病の入院患者や栄養指導件数も増加してきている。昨年4月から妊娠糖尿病入院患者の分食の提供と分食の栄養指導を開始し1年が経過するが、栄養指導を実施した患者の食生活状況を調査し今後の栄養指導の在り方を検討した。

【方法】平成25年4月から平成26年3月までに、妊娠糖尿病の栄養指導を実施し出産した患者41名を対象に、妊娠中や産後の食習慣、食事内容、食事に関する意識の変化に関するアンケートを郵送にて実施した。そのうち回答があったものは20名であった。

【結果】妊娠中と産後の食習慣や食事内容については、産後早食いの割合が増加したがその他は大きな変化は見られなかった。食事に関する意識については、妊娠中に栄養指導を受けたことにより食事に関する意識が高まったと全員が回答している。産後の食事についても赤ちゃんや自分自身の健康のために大切だと思っているものが多く、食事に対する意識が高いことが分かった。また、産後も野菜を積極的に摂取したり、食事のバランスに気を付けるなど食事内容に気を配っているが、約半数が産後の食事に不安を感じていることも分かった。食事のバランスや栄養面で過不足がないか、母乳を通じて赤ちゃんに悪影響がないか、授乳中・断乳後の食事の摂取量についてなど心配で、産後のフォローアップもしてもらいたいといった意見があった。

【結語】妊娠糖尿病患者が将来糖尿病を発症するリスクは血糖正常妊婦の7.43倍と高率であると言われている。糖尿病の予防や母子ともに健やかな生活を送るためにも食事は重要である。今回のアンケート結果から産後の食事について不安を感じているものが多いことがわかり、患者の不安の軽減や、将来の糖尿病予防に繋げることを視野に入れた指導が必要と考える。

## PB-162

### 1型糖尿病患者でのカーボカウント指導の取り組み —おやつテストの実施

さいたま赤十字病院 栄養課<sup>1)</sup>、糖尿病内分泌内科<sup>2)</sup>

○福田 加奈美<sup>1)</sup>、広瀬 和孝<sup>1)</sup>、大坪 真弓<sup>1)</sup>、井原 佐知子<sup>1)</sup>、生井 一之<sup>2)</sup>

【目的】カーボカウントとは、炭水化物に焦点を当てた食事療法である。インスリン依存状態にある1型糖尿病患者にとって炭水化物量を把握することは、インスリン量を決定する上で必要不可欠である。カーボカウントによる食事療法が1型糖尿病患者にとって理解し、実践できるかを検討するため当院ではおやつテストを実施しているため報告する。

【方法】1、個人栄養指導にて一連のカーボカウントの手技を説明。2、患者自身がおやつに使用する食品を選定し、テストを実施。3、おやつ摂取前と、おやつ摂取後1時間ごとに血糖測定。4、退院後1・3・6ヶ月後のHb<sub>1c</sub>を評価。

【結果・考察】血糖コントロール目的で入院となった1型糖尿病患者4名(うち新規発症3名。男性1名、女性3名)。年齢は21.3±3.3歳、BMI18.3±1.5kg/m<sup>2</sup>。患者が選んだおやつは、ゼリー・スナック菓子・菓子パン等で平均2種類のおやつを摂取した。どの症例もおやつ摂取前後でのインスリン補正はなかった。HbA<sub>1c</sub>(NGSP値)は、入院直前13.1%±0.9%、退院1ヶ月後8.7±1.0%(p<0.03)、退院3ヶ月後6.8±0.6%(p<0.02)、退院6ヶ月後6.5±0.4%(p<0.01)と、入院直前と比較し有意に低下した。カーボカウントによるおやつテストは、食品の選択・インスリン量の決定という一連の流れを経験できる。限られた療養生活の中で、患者自身がおやつを選択することで主体性が生まれ、治療に参画した自信となる。今後はカーボカウントによる満足度等を調査し、カーボカウントのより良い指導構築に努めたい。

## PB-161

### 糖尿病教育入院の食事療法に対する新たな取り組み

浜松赤十字病院 栄養課

○栗田 静華、宮分 千明、鈴木 友美

【目的】当院では平成25年度より糖尿病教育入院の充実を目標に、教育プログラムを見直し運用を開始した。食事療法の新たな取り組みとして、食事のバランスや適量を把握することを目的に『献立写し』を導入した。『献立写し』とは配膳された食事を見て、各メニューのエネルギー量の予測を行い、その後、実際のエネルギー量と比較し正しいエネルギー量を知るという方法で、入院期間中毎食繰り返して行って頂いた。『献立写し』の有用性について検証したので報告する。

【方法】平成25年5月から平成26年3月の間に教育入院した患者のうち、退院後も当院外来通院中の2型糖尿病患者40名(男性28名・女性12名、平均年齢62.2歳±12.2歳)を対象に、献立写しの感想・食生活の変化等のアンケート調査を行い、入院前と入院1ヶ月後のHbA<sub>1c</sub>について調査を行った。

【結果】入院期間は3日未満が37%、次いで11~14日間で35%、4~7日間で18%であった。献立写しの感想は「参考になった」が44%、「難しかった」が22%、「何度かやれば慣れた」が18%であった。意識・食生活の変化は「教育入院前に食事を気にしていなかった」が40%、「教育入院後に食生活が変化した」が77%であった。HbA<sub>1c</sub>は入院前9.66±2.63%に対して、入院1ヶ月後では8.12±1.55%と概ねの成果が得られた。一方で、「教育入院後も食生活が変化しなかった」が18%おり、その理由は「献立写しが難しかった」が70%を占めたが、年齢・性別の差はなかった。

【考察】『献立写し』を行ったことで食事の適量、料理や食材のおおまかなエネルギー量を知ることができ、食事への関心が高まった。さらに、それらを退院後の食生活にいかすことで血糖改善に対する効果が得られており、献立写しは有用であったと考えられる。今後は、個々の理解力に合わせた献立写しの活用方法を検討していきたい。

## PB-163

### 全入院患者の摂取カロリーを表記する取組み ～アセスメント向上と絶食率減少～

柏原赤十字病院 医療技術部 栄養課<sup>1)</sup>、看護部<sup>2)</sup>、医療課<sup>3)</sup>

○今西 瞳<sup>1)</sup>、旗野 隆史<sup>1)</sup>、杉上 恭子<sup>2)</sup>、堀池 由美子<sup>2)</sup>、浅原 光代<sup>3)</sup>、上野 千絵子<sup>1)</sup>

【はじめに】当院では平成25年5月より多職種協働による栄養管理の一環として全入院患者の1日必要・摂取カロリーを喫食量から個別で概算し、電子カルテ体温表上に表記する取り組みを開始した。この取り組みが病棟看護師の栄養アセスメント及び栄養管理の向上に寄与し、絶食率の減少へと繋がったので報告する。

【方法】栄養課では(1)食事指示内容をカロリーに換算する早見表を作成、(2)体温表表記の喫食量を概算し、1日必要・摂取カロリーを体温表に表記、(3)病棟看護師(29名)には「必要・摂取カロリー量表記確認」、「参考にしているか」、「アセスメントに役立っているかの」等についてアンケート調査した。また、取り組みを開始した日の前後5カ月間で絶食対象患者数、食事内容変更等について検討した。

【結果・考察】アンケート結果は、「カロリー表記の確認」が100%、「参考にしている」が88%、「アセスメントに役立っている」が79%であった。また取り組みの開始前後5カ月間の比較では、有意に絶食対象患者の減少(入院患者2211名/月平均に占める絶食対象患者の割合が3.6%減少)が見られ、食事内容の変更には有意な変化が見られなかった。今回取り組みは医療スタッフの栄養管理に対する関心の向上に有意義であると考えられた。摂取カロリーの体温表への表記は、病棟看護師の栄養アセスメントの向上及び栄養管理の質の向上に加え、絶食率の減少による喫食量の増加につながった可能性が高い。また、絶食率の減少(3.6%)を食費に換算すると約170万円/年となり、病院収益の増加にも寄与できた。