

NSTだより

No. 4
平成24年10月1日
NST委員会
編集者 澤岡, 藤見

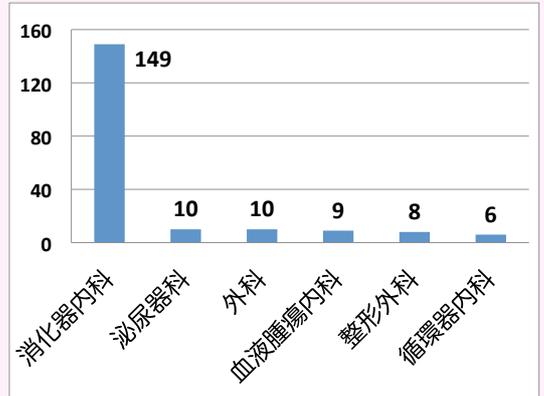
がん治療と栄養療法

私たちNSTが介入させて頂いている入院患者さんのうち、がん患者さんは約半数（52%）に上っています¹⁾。がん患者さんでは多くの方で体重減少を経験しますが、その原因は、①消化管通過障害、化学療法・放射線治療の副作用、あるいは精神的要素による「栄養摂取低下」に起因するものと、②がん細胞により誘発される「代謝異常」に起因するものに大別されます。前者に対して私たちNSTは積極的に対応しています。まず的確に患者さんの栄養状態を評価。次に栄養士の個別対応で摂取量増加を図ります。さらに経口栄養補助食品（ONS）の併用、時には経静脈栄養も用いることで、必要栄養量の確保に努めています。もちろん、栄養療法はがんに対する直接的な治療ではありませんが、患者さんが生きて治療をしていく以上、外科的治療、化学療法・放射線療法、緩和医療の一部であり土台を成していると考えています。がん患者さんの治療にあたって栄養状態が気になる際は、いつでもNSTスタッフに声をかけて下さい。

一方、代謝異常を背景とした体重減少はがん性悪液質の病態にも関連しており難治性です。脂肪と同等に筋肉量が減少することがその特徴でもあり、筋肉量の減少は身体活動性の低下、QOLの低下、褥瘡の発生へと繋がります。このような「代謝異常」に対して、最近エイコサペンタエン酸（EPA）が有効であるとの報告がなされています。EPAを多く含んだONSであるプロシユア[®]（左写真）は体重増加、ADLの改善、QOLの改善などが臨床試験で報告されています。1パック300kcal（240mL）にEPA1gを含んでいます。この度、プロシユア[®]を新規採用しました。がん患者さんへの処方を検討される方は、NSTスタッフまで声をかけて下さい。また、患者さんに先駆けてスタッフご自身での試飲も是非お勧めします。



NSTの介入実績 (平成24年4月～平成24年9月合計)



NST回診は4チームで週4回、勉強会は毎月第2火曜日に開催しています。勉強会は職員ならどなたでも参加できますのでぜひご参加下さい。

新規ONSプロシユア[®] 採用

1) 衣斐, 藤見ら. 王子総合病院医学雑誌 1: 91-94, 2011



疲れたまって いませんか？

疲れと一言でいってもいろいろな疲れがあります。ハードワークや運動で体力的に疲れているのか、忙しくて精神的に疲れているのか、時には鉄分が不足して疲労のように感じていることもあります。体力的に疲れている時は、エネルギーが不足しないようにし、ビタミンB群やクエン酸を摂って、乳酸を溜め込まないようにします。乳酸は再度TCA回路に促せば疲労物質とならずエネルギー源となってくれます。精神的に疲れている時には脳に糖質を補給してあげることも良いでしょう。鉄が不足して貧血になり、疲労感のように倦怠感を感じていることもあります。鉄は吸収のしづらい栄養素。ビタミンCやクエン酸と一緒に摂ることで吸収率がアップします。



鉄分たっぷり

「ミネラルストローネ」



【材料】（4人分）

あさり（殻付き）200g ホッキ2個分 ベーコン60g 玉葱1/2個 人参1/2本
白しめじ1パック トマト大2個 にんにく1/2片 オリーブオイル大さじ1 白
ワイン1/4カップ コンソメ小さじ2 トマトペースト6g ケチャップ大さじ2
チリソース小さじ1 塩・こしょう少々 粉チーズ適量（添え:イタリアンパセリ
バケット）

【作り方】

- ①あさは砂出ししておく。玉葱、人参は荒みじん切り、にんにくはスライス、ホッキ、ベーコン、トマトは食べやすく切っておく。
- ②鍋にオリーブオイル、にんにくを入れ熱し、ベーコン、玉葱、人参の順で炒める。そこにあさり白ワインを加えひと煮立ちさせる。
- ③白しめじ、ホッキ、トマトを加えたら水を入れ、調味料を加え味がなじむまで煮込む。器に盛ったら、好みで粉チーズを加える。

【応用】

- ・茹でたパスタを加えても美味しく頂けます。
- ・野菜は季節の物をいろいろ加えても楽しめます。(NST専従管理栄養士 澤岡)

