

疾患に係る栄養上の視点

★¹ 栄養上の視点について課題(リスク)が出てきた際、または栄養素の疑問については栄養指導をご利用ください。

★² アルコール制限については、医師にご相談ください。

No	疾患	栄養上の視点	解決策	モニタリング
1	糖尿病	体重管理	ゆっくり(よく噛んで)食べる 砂糖を低エネルギー甘味料に代える 間食を控える(回/週)	体重測定(目標体重: kg) 血糖値測定
			適切な主食量にする (パン(枚切り) 枚/ご飯 g)	摂取量の確認
			揚げ物を控える(回/週)	
		過食	ベーコン、ポーク等加工肉を控える(回/週)	
			適切なたんぱく質量にする	
		栄養バランスの悪い食事	毎食主食・主菜・副菜を揃える	
			1日3食食べる	
			栄養成分表示を確認する	
		塩分制限	濃い味の食事やインスタント食品を控える	検査データの確認 食事・間食・水分等摂取の確認
			たんぱく質の摂取量に注意する	
2	腎疾患	たんぱく質の制限	主食を低たんぱくご飯に変える 摂取エネルギー(脂質)を増やす 摂取エネルギー(糖質)を増やす 配食サービスの活用	
			生の果物は控えて、缶詰に変える	
			生野菜は水さらし(10分)して食べる	
			野菜は茹でこぼして食べる	
			野菜ジュース・青汁を控える	
		高カリウム血症	カリウムの多い調味料の見直し	
			生の果物は控えて、缶詰に変える	
		高リン血症	生野菜は水さらし(10分)して食べる	
			野菜は茹でこぼして食べる	
		水分制限	野菜ジュース・青汁を控える	
3	心疾患	塩分制限	カリウムの多い調味料の見直し	検査データの確認 食事・間食・水分等摂取の確認 摂取量の確認 血圧測定
			決められた飲水量(ml)を守る	
			汁物は1日1杯にする	
			漬物・佃煮は1日 食(小皿に適量)までにする	
			めん類の汁は半分以上残す	
4	高血圧	塩分制限	外食(中食)は週 回までにする	
			濃い味の食事を控える	
			インスタント食品の摂取を控える	
			味噌・醤油等は減塩を使用する	
			毎食野菜を取り入れる	
			香辛料や香味野菜、酸味を取り入れる	
			栄養成分表示(食塩)を確認する	
5	脂質異常症	脂質の制限	肉の脂身を控える	摂取量の確認 体重測定(目標体重: kg)
			乳製品の摂取量に注意する	
			インスタント麺、カップ麺を控える	
			揚げ物を控える(回/週)	
		過食	ベーコン、ポーク等加工肉を控える(回/週)	
			適切な主食量にする (パン(枚切り) 枚/ご飯 g)	
			砂糖を低エネルギー甘味料に代える	
			適切なたんぱく質量にする	
		食物繊維不足	野菜・海藻・きのこ等を増やす	

疾患に係る栄養上の視点

★¹ 栄養上の視点について課題(リスク)が出てきた際、または栄養素の疑問については栄養指導をご利用ください。

★² アルコール制限については、医師にご相談ください。

No	疾患	栄養上の視点	解決策	モニタリング
6	脳血管疾患	過食	適切な主食量にする (パン(一枚切り) 枚/ご飯 g)	体重測定(目標体重: kg) 摂取量の確認
			砂糖を低エネルギー甘味料に代える	
			揚げ物を控える(回/週)	
			適切なたんぱく質量にする	
			ベーコン、ポーク等加工肉を控える(回/週)	
		塩分制限	汁物は1日1杯にする	摂取量の確認 血圧測定
			漬物・佃煮は1日 食(小皿に適量)までにする	
			めん類の汁は半分以上残す	
			外食(中食)は週 回までにする	
			濃い味の食事を控える	
7	痛風(高尿酸血症)	体重管理	インスタント食品の摂取を控える	体重測定(目標体重: kg) 尿酸値の確認 摂取量の確認
			味噌・醤油等は減塩を使用する	
			毎食野菜を取り入れる	
			香辛料や香味野菜、酸味を取り入れる	
			栄養成分表示(食塩)を確認する	
		栄養バランスの悪い食事	嚥下機能の低下	
			ムセやすく飲み込みにくいものを避ける	
8	肝疾患	過食	ゆっくり(よく噛んで)食べる	体重測定(目標体重: kg) 検査データの確認 摂取量の確認
			砂糖を低エネルギー甘味料に代える	
			間食を控える(回/週)	
			適切な主食量にする (パン(一枚切り) 枚/ご飯 g)	
		栄養バランスの悪い食事	野菜・海藻・きのこ等を増やす	
			毎食主食・主菜・副菜を揃える	
			1日3食食べる	
			プリン体の多い食品を控える	
9	膵疾患	脂質の制限	栄養成分表示を確認する	摂取量の確認
			水分を十分に摂取する	
			過食	
			揚げ物を控える(回/週)	
			ベーコン、ポーク等加工肉を控える(回/週)	
		栄養バランスの悪い食事	適切なたんぱく質量にする	
			毎食主食・主菜・副菜を揃える	
			1日3食食べる	
			栄養成分表示を確認する	
		刺激(物)の制限	肉の脂身を控える	
			乳製品の摂取量に注意する	
			揚げ物を控える(回/週)	
			ベーコン、ポーク等加工肉を控える(回/週)	
			インスタント麺、カップ麺を控える	

疾患に係る栄養上の視点

★¹ 栄養上の視点について課題(リスク)が出てきた際、または栄養素の疑問については栄養指導をご利用ください。

★² アルコール制限については、医師にご相談ください。

No	疾患	栄養上の視点	解決策	モニタリング
10	胃・十二指腸潰瘍	刺激(物)の制限	控えるもの ・炭酸飲料 ・アルコール ★ ² ・コーヒー等カフェイン飲料 ・熱すぎるもの、冷たすぎるもの ・酸味の強いもの ・辛味の強いもの ・塩分の多いもの ・脂質の多いもの 一度にたくさん食べないでよく噛んでゆっくり食べる 消化に良いものを食べる	摂取量の確認
11	COPD	やせ	栄養補助食品の活用 料理の油付加によるエネルギーアップ 間食を1日2-3回摂る	体重測定 摂取量の確認
12	貧血	偏食、食欲不振	每食主食・主菜・副菜を揃える 1日3食食べる	検査データの確認 摂取量の確認
13	がん	倦怠感・吐気・体重減少・食欲不振	可能な限り主食・主菜・副菜を揃える 栄養補助食品の活用 嗜好品の活用 水分を摂る	体重測定 摂取量の確認
14	誤嚥性肺炎	嚥下機能低下	ムセやすく飲み込みにくいものを避ける トロミ剤の活用 栄養補助食品の活用	体重測定 ムセの確認 食事形態の確認
15	骨粗しょう症	栄養バランスの悪い食事 カルシウム、ビタミンDの不足	每食主食・主菜・副菜を揃える 1日3食食べる ベーコン、ポーク等加工肉やインスタント食品を控える (リンの過剰摂取を避ける) 乳製品・小魚類・大豆製品・きのこ類を1日1品以上摂る 1日15分程度、日光浴をする	摂取量の確認 体重測定
16	便秘	食物繊維不足 水分管理 栄養バランスの悪い食事 活動量不足	野菜・海藻・きのこ等を増やす 水分を十分に摂る 每食主食・主菜・副菜を揃える 1日3食食べる 適度な運動をする	摂取量の確認 排便の確認 活動量の確認
17	低栄養	褥瘡 るい瘦(やせ) サルコペニア肥満	栄養補助食品の活用(ミネラル強化) 每食主食・主菜・副菜を揃える 1日3食食べる 分食(回/日) 間食(回/日) 栄養補助食品の活用(エネルギー、たんぱく質強化) 料理の油付加によるエネルギーアップ 嗜好を利用した外食の活用 ゆっくり(よく噛んで)食べる 砂糖を低エネルギー甘味料に代える 間食を控える(回/週) 医療機関(医師・看護師など)に相談	創部の確認 体重測定 摂取量の確認 検査データの確認 家族や介護者への指導内容の要点

◆経管栄養の場合

No	経管栄養の基本設定 ※栄養管理計画書等の「食事コメント」または「留意事項」に記載	患者の栄養状態 ※栄養管理計画書等の「栄養状態の評価と課題」に記載	注意すべき症状と対応	在宅での管理ポイント ※管理栄養士からのアドバイス
1	投与経路(経鼻or胃瘻or腸瘻)	低栄養のリスクの有無	現在発生している、または注意すべき症状(下痢、便秘、嘔吐、低血糖等) 症状に対する具体的な対処方法	例) 経管栄養実施時の体位や注意点 必要な口腔ケアの方法 モニタリングすべき項目(体重測定頻度など) 家族や介護者への指導内容の要点
2	栄養剤の種類と1日の総投与量			
3	投与回数と時間			
4	投与速度			
5	食間水			