



NST(エヌエスティー)は、「栄養サポートチーム」の略です。

医師・看護師・薬剤師・管理栄養士・臨床検査技師・セラピスト(理学療法士・作業療法士・言語聴覚士)等の多職種が協働して栄養管理をとおして患者さんの回復を手助けする活動を行っています。

## 今回は、臨床検査技師の活動をご紹介します



みなさんこんにちは。今回は NST(栄養サポートチーム)の一員として活動する臨床検査技師の役割について紹介します。そもそも臨床検査技師とは、皆さんの血液や尿などを分析する「検体検査」や、心電図や超音波検査などの「生理機能検査」を通じて、病気の診断や治療に必要な検査データを提供する医療専門職です。

NST は、様々な職種が連携して患者さん一人一人に最適な栄養管理を提供するチームです。その中で、私達臨床検査技師は、主に「検査データから患者さんの栄養状態を評価すること」を担当しています。



例えば、血液検査でわかるアルブミン(栄養の指標)、ヘモグロビン(貧血の有無)、CRP(シーアールピー: 炎症の有無)、電解質、腎機能や肝機能、血糖値などの数値は、栄養状態を把握する上でとても重要です。これらの数値の変化をいち早くとらえることで「食事が足りていないのでは?」「タンパク質の補給が必要かもしれない」など、チーム全体での栄養管理の方針を考える手掛かりになります。また、最近では微量元素(リン、マグネシウム)の測定も重要とされています。こうした情報を基に、NST は患者さんの状態に合わせた栄養管理(経口、経管、点滴など)を検討していきます。

「栄養」というと、食べ物だけを思い浮かべるかもしれません、実は検査データも栄養管理の重要なヒントになります。例えば、総コレステロールや中性脂肪が高ければ脂質やエネルギーの摂りすぎ、血糖値が高ければ糖質の摂りすぎというのが分かります。検査は決して「数字をみるだけの作業」ではなく、患者さんの体の中で起きていることを“見える化”し、適切な治療やケアにつなげる大切な手段なのです。



私たち臨床検査技師は、普段は検査室にいることが多く、直接お会いする機会は少ないかもしれません。それでも、皆さんの回復を後押しできるよう、検査を通じてNST活動を支えています。もし、検査結果や栄養に関して気になることがあれば、遠慮なくスタッフへお声掛けくださいね。

これからも、皆さん安心して治療を受けられるよう、チーム一丸となってサポートして参ります。



## リフィーディング症候群



リフィーディング症候群は、耳慣れない方が多いかもしれません。摂食障害、紛争や災害…様々な理由で摂取栄養素量がとても少ない状態が続いた後、急激にたくさんの栄養補給を行った場合に、命にかかるような重篤(じゅうとく)な症状を引き起こすことがあります。血液検査や心電図等、慎重に経過を診ながら段階的な栄養補給が必要とされています。



史書「信長公記」などによると、

鳥取城の戦いで、毛利氏方の武将・吉川経家や兵士、農民ら1000人以上が城に立てこもった。鳥取城は急峻な山に築かれた堅固な名城として知られ、秀吉は城を取り囲んで食べ物の補給路を断つ作戦を実行。包囲は3か月以上に及び、城では多くの餓死者が出た。城側は降伏し、経家は切腹。秀吉は生存者に粥を振る舞ったが、食べた後に突然死した人が多くいたと伝わる。

死に至った理由について、鳥取県立博物館の学芸員や東京都立多摩総合医療センターの医師らの共同研究で、豊鑑に「粥をたくさん食べた者はすぐに死んでしまったが、少し食べた者は問題なかった」との記述があり、症状がリフィーディング症候群の特徴と一致していたことから、たくさん食べた人は、粥から栄養分を一気に摂取したことで、リフィーディング症候群を発症して死亡し、少しだけ食べた人は、栄養分の摂取量が少なかったために発症を免れたと推定された。

### 健やかに暮らし続けるために



自分にぴったり合う服や靴のサイズは知っているのに、どのくらい食べればよいのか



自分に合うエネルギー量は分からぬといいう方もいるかもしれません。

BMI(ビーエムアイ): 体格指数に基づいた体重管理は、自分にあったエネルギー量を摂取できているかを知るうえでのヒントになるかもしれません。

#### \*標準的なBMIの目安 18.5～24.9

例) 身長 150 cmの場合、体重 42～56 kgの範囲であれば、摂取エネルギー量は適正範囲

BMI/身長	145 cm	150 cm	155 cm	160 cm	165 cm	170 cm	175 cm	180 cm
18.5	37.8 kg	41.6 kg	44.4 kg	47.4 kg	50.4 kg	53.5 kg	56.7 kg	60.0 kg
24.9	52.4 kg	56.0 kg	59.8 kg	63.7 kg	67.8 kg	72.0 kg	76.3 kg	80.7 kg



入院患者さんの栄養管理についてお困りのことがございましたら栄養サポートチームにご相談ください。