

病院の お仕事発見

「管理栄養士」編

病気の治療に向け 栄養管理と食生活の アドバイスを担う

病気の治療を食事・栄養面からサポートする管理栄養士。「栄養士」が主に健康な人を対象とするのに対し、「管理栄養士」は病気が原因で食事や栄養面のケアが必要な患者さんを主な対象とします。業務内容は大きく3つに分けられます。

●給食管理：献立作成、食材管理、衛生管理

●栄養管理：病気の状態に応じた栄養管理計画書の作成、適切な食事の提供

●栄養指導：入院・外来の患者さんやご家族を対象とした集団栄養教室、個別相談の実施

管理栄養士は、食事や栄養に関する専門知識を活かし、患者さんの病気の治療をサポートしています。

病院に勤務する管理栄養士は、

病気の治療方法に関しても常に新しい知識を取り入れることが重要です。治療方法の進化に合わせて、栄養管理の考え方も更新していく必要があるからです。

管理栄養士の中には、専門資格を持つスペシャリストも。糖尿病、腎臓病、がんなどの病気に特化した食事や栄養の知識を持つ管理栄養士が病院で多く活躍しています。JA新潟厚生連では、こうしたキャリアアップを目指す管理栄養士へのサポート体制も整備しています。

病院のチーム医療にも参加し（6〜7ページ）、重要な役割を担う管理栄養士。患者さんの一日も早い回復に向けて、日々活動しています。

管理栄養士が教える体にやさしい食事選び



男性に多い 組み合わせ



NG
ポイント

- ・炭水化物の重ね食べ
- ・野菜不足

女性や高齢者に多い 組み合わせ



NG
ポイント

- ・菓子パンは主食ではなく嗜好品
- ・果汁100%でもジュースは血糖値が急上昇する原因です

糖質は食物繊維と 一緒に摂る



OK
ポイント

- ・野菜や海藻類に豊富な食物繊維が血糖値の急上昇を抑えます

炭水化物を 摂りすぎない



OK
ポイント

- ・野菜やたんぱく質を取り入れてバランスよく



※撮影時のみマスクを外しています。

管理栄養士になるには

管理栄養士は、厚生労働大臣の免許を受けた国家資格です。
資格を得るには「栄養士」の資格所持が前提となります。
管理栄養士の資格をベースに、さらに専門性を追求した資格を取得し、
仕事に活かすこともできます。



管理栄養士の資格取得方法



さらにステップアップ!

- がん病態栄養専門管理栄養士
- 腎臓病病態栄養専門管理栄養士
- 糖尿病病態栄養専門管理栄養士 など



SDG8に関連する取り組みとして、
ロゴマークを表記しております。

の仕事が大好きです。

柏崎総合医療センター 栄養科長 榎本 裕介



●プロフィール

2009年入職、糸魚川総合病院配属。2015年上越総合病院（主任昇格）、2018年けいなん総合病院、2021年より柏崎総合医療センターに勤務（科長昇格）。
【資格】管理栄養士、TNT・D管理栄養士、栄養経営士、NSTコーディネーター、がん病態栄養専門管理栄養士

病気とたたかう人のため

病院の管理栄養士に

食品会社で研究職についていましたが、病気を持つ人に近い立場で貢献したいと思い転職しました。

管理栄養士の臨床分野は幅広く、治療をサポートするために必要な栄養素を食事に置き換えて提案する力が必要となります。基本となる知識・技術を習得しつつも、近年では専門に特化した分野で力を発揮することも求められています。

私は「がん病態栄養専門管理栄養士」の資格を生かし、化学療法による食欲不振や味覚障害で困っている患者さんをサポートしています。栄養が十分摂れない

と、化学療法の副作用が強く出たり、免疫が低下するなど治療にも影響します。食べやすいものを採り、少ない量でも栄養が摂れる補助食品を紹介するなどのアドバイスをしています。一人ひとりの病状と生活状況に合わせた食事のアドバイスは、これからの課題だと感じています。

資格取得でキャリアアップ

サポート制度も

常に探究心を持って向き合うことを信条とし、私達は経験年数に合わせた教育プログラムを準備しています。例えば、新潟県糖尿病療養指導士の取得をファーストステップとし、経験を積んでNST専門療養士へのチャレンジも可能です。資格取得には費用面の補助もあります。また、幅広い知識・技術・経験を持つ専門医の先生方を中心に、先輩栄養士から直接学ぶことのできるサポート体制は、大きな強みだと考えています。

インタビュー 私は、管理栄養士



柏崎総合医療センター 管理栄養士 今井 紀彰



●プロフィール

2013年入職、糸魚川総合病院配属。2015年上越総合病院（介護老人保健施設アルカディア上越）へ。2016年より柏崎総合医療センターに勤務。
【資格】管理栄養士、新潟県糖尿病療養指導士

食べてもらえるよう

状況に応じた食事の提案

食からの患者サポートに興味があり、病院の管理栄養士を目指して入職しました。現在は、病状に合わせて献立を考える「給食管理」、入院患者さんの栄養状態を管理する「栄養管理」、糖尿病やがん患者さんの「栄養指導」を担当しています。

栄養管理では、患者さんが食事をとることができているか確認し、食べられていない場合は食事内容を再検討します。食事内容を变えて食べてもらえた時は、仕事のやりがいを感じます。

糖尿病患者さんの栄養指導は難しい部分もあります。食事制限が必要な一方で、日々の食事はやはり大切な楽しみですが

ら。患者さんの表情を見ながら伝え方を工夫するなど、栄養指導の質の向上に努めています。

男性職員の声に背中を押され 育児休業を取得

フライベートでは今年第2子が誕生しました。両親の共働きと上の子の育児もあり、妻は里帰りできない状況。職場で相談すると育児休業を勧められました。最初は「休んでいいのかな」という迷いも。ですが同じ病院の男性看護師や男性リハビリスタッフが取得して「よかった」という話を聞き、2週間休むことにしました。短期間でしたが、その時しかない新生児の育児を経験することができてよかったです。大変な時期を2人で乗り切ることができ、妻も喜んでくれました。

現在は新潟県糖尿病療養指導士の資格を取っているので、今後は病態栄養専門管理栄養士も取得し、より患者さんの治療に貢献できる管理栄養士を目指します。

として患者さんを支えています /

認知症ケアサポートチーム

支えに Vol.32 特集企画より

数年後には65歳以上の5人に1人が罹患するというデータもある認知症。認知症になると、食事量が減ったり、逆に何度も要求したりと様々な課題が発生します。管理栄養士は、患者さんの食の好みや食べやすい形状などを把握。チームで情報を共有し、栄養管理に努めています。



フレイル予防チーム

支えに Vol.23 特集企画より

フレイルとは、加齢により心身の機能が低下すること。自立した健康な状態と要介護の中間の「虚弱状態」を指します。管理栄養士は、少しでも症状が進行しないよう、食事にプラスすべき食材や栄養素、レシピなどをアドバイス。個々の食生活を基準に、無理なく続けられることを重視しています。



- 65歳を過ぎたらタンパク質をしっかり摂る
- バランスの良い食事が摂れていますか？



- 高齢になってもちょっとがんばって「筋トレ」
- 「有酸素運動」+「頭の体操」で認知機能の低下を予防

生活習慣

- 良好な栄養状態の土台は「噛む力」
- 眠くなってから寢床に入る

社会参加

- 社会性を失うことがフレイルの最初の入り口
- 地域活動への参加も有効な対策

治験NEWS

治験に薬剤師も関わってます

薬剤師が治験事務局をしています。治験に参加される患者さんの人権等を守り、実施・継続することに問題はないか、治験薬(くすりの候補)を薬学的に評価しています。

実施中

【長岡中央総合病院】

- 潰瘍性大腸炎
- 市中肺炎
- クローン病
- 癒着防止剤

【糸魚川総合病院】

- 血友病

※該当する方や詳細を知りたい方は、主治医にお申し出ください。治験に参加するには細かい条件があります。ご希望いただいたも、参加いただけない場合がございます。

管理栄養士はチーム医療の一員

栄養サポートチーム(NST)

支えに Vol.21 特集企画より

NSTの役割は、何らかの理由で食べない、食べられない患者さんの状態を把握し、少しでも食べられるよう対策を検討すること。管理栄養士が入院の初期からサポートすることで、病気治療のための禁食期間をできるだけ短縮。食欲や食べる機能(噛む力・飲み込む力)の低下を防ぎます。

NSTによるサポート事例【80歳代女性】

- ・食欲が低下し、固形の食事を食べなくなった。
- ・水分だけは摂取していたが脱水症状もあり入院。
- ・入院時は身長145cm、体重34.1kg。

| | | |
|----|-------|--------------------------|
| 入院 | 1日目 | 輸液(点滴)開始。NST回診スタート。 |
| | 2日目 | 高カロリー輸液を開始。 |
| | 3-4日目 | 摂食機能評価を実施。リハビリ、嚥下調整食を開始。 |
| | 8日目 | 状態が改善し輸液を中止。 |
| | 62日目 | 退院、施設に入所。 |

これまでは…
脱水症状のほかに腎不全や認知症もある患者さんだった。このような場合、以前は腎不全が改善するまで食事を中止し、点滴などで対応することが多かった。

食事をしないことで食欲や噛む力・飲み込む力が低下
認知症も進行してしまうおそれがある

しかしNSTのサポートにより…

- 管理栄養士や作業療法士が早くからサポートすることで禁食の期間を短く抑え、食べる機能の低下を防ぐことができた。
- 認知症の進行を抑え、QOL(生活の質)の向上につながった。



NST : Nutrition Support Team

日本の名物グルメを味わう 「郷土料理の日」

全国のJA厚生連病院では、入院患者さんに食事を楽しんでもらおうと、様々な土地の郷土料理を年6回ほど提供。めずらしい味に出会って食べる喜びを感じ、また、少しでも旅行気分を味わっていただきたいとの思いで実施しています。



新潟県の「タレかつ丼」が振舞われました



福島県会津の「小汁(こぶゆ)」



香川県の「しっぽくうどん」



鹿児島県奄美の「鶏飯(けいはん)」

次号は
リハビリテーション
です！

管理栄養士からバトンを受け取りました、リハビリテーションです。次号はリハビリの仕事についての話題をお届けします。どうぞご期待ください！

