

がんと栄養

第 19 号
2024 年 3 月

年数回発行

発行：西神戸医療センター-NST

今回のテーマは「**治療前からの栄養強化について**」です。

以前のがんと栄養新聞（第 16・17 号）で、がん治療でのリハビリテーションや体重維持の重要性についてお伝えしていましたが、今回は手術や化学療法などの治療の前からきちんとからだに栄養をつけておいていただきたいというお話をしようと思います。がんと栄養新聞のバックナンバーについては、裏面下側に QR コードを掲載していますので、ぜひご覧ください。

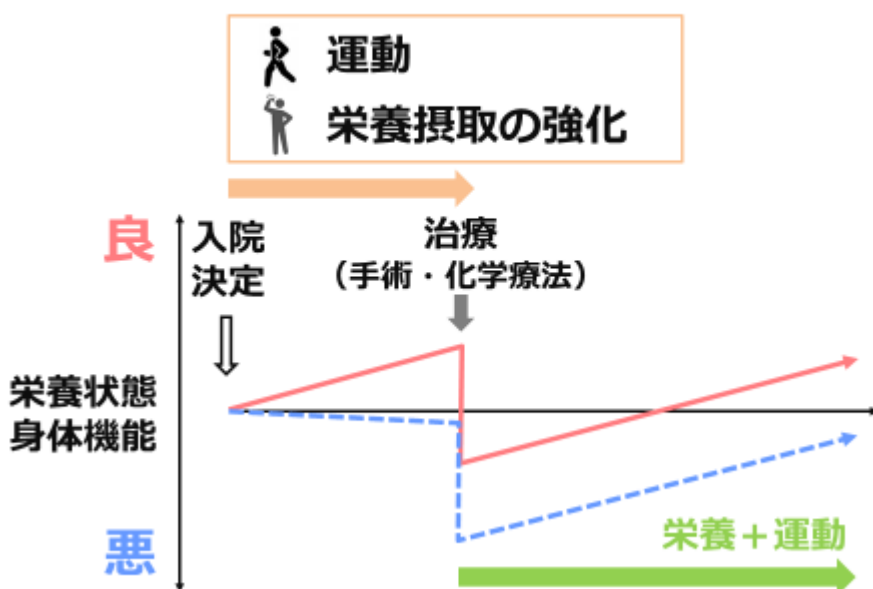
なぜ【治療前】からの栄養強化が必要なの？

治療が始まると、食事摂取量の低下や創の治癒のために栄養状態が悪化しやすいことは、これまでのがんと栄養新聞でもお伝えしてきました。身体機能についても同様です。栄養状態や身体機能は、悪化の度合いが大きければ大きいほど回復にたくさんのエネルギーと時間を要することとなります。栄養状態が悪いと、手術後では手術痕が治りにくかったり、化学療法では一定の間隔で繰り返し治療を行うため十分な回復が間に合わないことが起こりえます。

治療前に栄養強化を行い、栄養状態をよくしておくことで栄養状態の過度な悪化を防ぎ、治療後の回復を早めることができます。

栄養状態をよくするにはどうしたらいいの？

入院前（治療前）からの栄養強化



栄養状態をよくするには、ただたくさん食べれば良いというわけではありません。同時に運動も必要です。

逆に食事を食べないまま運動をしても十分な効果は得られません。

食事からの栄養補給と運動と、2つがあってはじめて、栄養状態や身体機能は改善します。

からだの栄養、少なくなっていますか？

「栄養補給」と「運動」の2つをきちんと保つために、食べる量が少なくなっていないかの簡単なチェック項目をお示しします。（運動については第16号のがんと栄養新聞をご参照ください）

【食事摂取量の低下】以下のいずれか

- 1週間以上、普段の半分ぐらいしか食べられない
- 2週間以上、食べる量が減っている



【意図しない体重減少】

- やせようとしていないのに体重が減る
（むくみの軽減をのぞく）



上記に当てはまる方はからだの中の栄養が少なくなっているかも？要注意です！

食事摂取量の低下・意図しない体重減少のどちらか、もしくは両方に当てはまる方は、必要な栄養が十分にとれていない可能性が非常に高くなっています。
今後治療を控えておられる場合は、お食事内容の見直しをおすすめします。

栄養をつけてしっかり治療に臨むために

患者支援センターでの入院前オリエンテーションで、手術・化学療法の治療予定の方、栄養不良リスクの高い方などを対象に、栄養相談（予約制）を行っています。

身長・体重・握力などの身体測定と、お食事内容の聞き取りから栄養摂取に過不足がないかを確認し、足りない栄養素があればお食事内容の提案を行います。

栄養状態を維持・改善し、よりよく治療を受けていただくための一助としていただければ幸いです。

ご興味のある方は**入院前オリエンテーション時にお声がけください。**

もちろん通常の2階栄養相談室で行う栄養相談（予約制）でも同様の相談をお受けしています。ご希望の場合は、外来受診の方は外来主治医に、入院中の方は主治医その他スタッフにご相談ください。

入院前オリエンテーションにて、治療開始前より

栄養相談

を実施しています

お食事の不安・疑問、何でもご相談いただけます

【対象】 手術・化学療法の治療予定の方
栄養不良リスクの高い方など

【時間】 1枠30分 予約制

手術や化学療法を受ける段階で栄養状態が悪化していると治療成績の低下を招くおそれがあり、治療開始前より栄養状態を整えておく必要があります。栄養状態を改善または維持できるよう入院前に栄養相談を実施しています。

別途、栄養食事指導料をいただきます。
* 3割負担の方場合（初回780円、継続600円）となります。

神戸市立西神戸医療センター 栄養管理室

（担当：栄養管理室 前田）

バックナンバーはこちらから
見る您可以通过

