



管理栄養士による訪問栄養指導 ～居宅療養管理指導について～

医療法人恭昭会 彦根中央病院 栄養科



管理栄養士による 居宅療養管理指導とは

通院などが困難な方のご自宅に
管理栄養士が訪問し、食生活や栄養に関する
様々な相談に対応します。



具体的な役割

- ① 自宅に行くことで、嗜好や間食の有無、経済状況などを実際に目で見ることができます。
- ② 対象者一人ひとりに合った、負担の少ない実践的な指導ができます。
- ③ 家にある材料で食事の組み立てをしますので、わかりやすい指導ができます。



対象者

- 次のような食事管理が必要な方
糖尿病、高血圧、心臓病、脂質異常症、腎臓病、肝臓病、胃潰瘍、貧血、膵臓病、痛風、消化管の手術後、クローン病、潰瘍性大腸炎、高度肥満
- 低栄養状態(やせ、アルブミンが低いなど)の改善が必要な方や褥瘡のある方
- 在宅にて経管栄養を注入している場合や嚥下困難なための流動食やゼリー食等を喫食されている方



主なケース



- ◇退院後、どのように食事管理をすればいいかわからない。
- ◇食事管理が上手くいかず、病状や身体の機能が悪化している。
- ◇栄養が足りているか、偏っていないか心配。
- ◇食べる量が減り、身体が弱ってきた。



当院でのケース



- 経腸栄養を注入している方
- 経腸栄養を在宅にて半固形化して注入される方
- 褥瘡のある方
- 経口摂取であるが、食べる量が安定しない方。

※どのような状態を低栄養というのか？

栄養評価のツールとして・・・

MNA-SF(ネスレ日本株式会社)を使用しています。

指導内容

- * 食事摂取量と栄養状態のチェック
(上腕周囲長・皮下脂肪厚測定より推定体重の算出)
- * 調理指導、買い物指導
- * 状態に合わせた食事内容、形態などの指導
- * 栄養補助食品、介護用食品、介護食器等の紹介
- * 食生活プラン(プログラム)の作成
- * ヘルパーさんへの指導
- * その他、食事療養生活に関する様々な相談



上腕周囲長・皮下脂肪厚測定より 推定体重の算出



指導の実際

かれいの煮付け



電子レンジ（500W）・・・6分

●材料（1人分）
かれい……………1切れ（120gくらい）
煮汁
しょうゆ……………大さじ1
砂糖……………大さじ1
酒……………大さじ1

●作り方

1. かれいは盛った時に表になる面の中央に1本、骨に届くまで切り込みを入れる。
2. 皿の上で煮汁の調味料を合わせ、砂糖を溶かし、かれいを両面まぶす。
3. 表を上にして、**身の厚い方を外側に置く。端をあげてラップをかける。**
4. 皿の下に**割り箸2膳**を置いて、電子レンジで**6分**加熱する。
加熱が終わったらすぐにラップをはずし、かれいを盛りつける。

◆鮭の照り焼き



電子レンジ（500W）・・・2分30秒+2分30秒

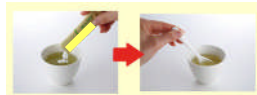
●材料（1人分）
鮭……………1切れ（120gくらい）
めんつゆ（濃縮タイプ）……………大さじ1.5

●作り方

1. 大き目のお皿にめんつゆを入れ、鮭をからめる。
2. 鮭の皮が外側になるように皿に置いて端をあげてラップをかける。
3. 皿の下に割り箸2膳を置き、電子レンジで2分30秒加熱する。
4. ラップをとり、鮭を裏返して、もう一度ラップをかけさらに電子レンジで2分30秒加熱する。鮭を盛り、上からたれをかける。

●とろみ茶の作り方

お茶にトロミ剤を加えてスプーンなどでゆっくり混ぜます。



※詳しい使い方は、各商品パッケージをご覧ください。

粥ミキサーの作り方

【材料】（1人分）

・全粥 370g
・スペラカーゼ 5.5g



【作り方】

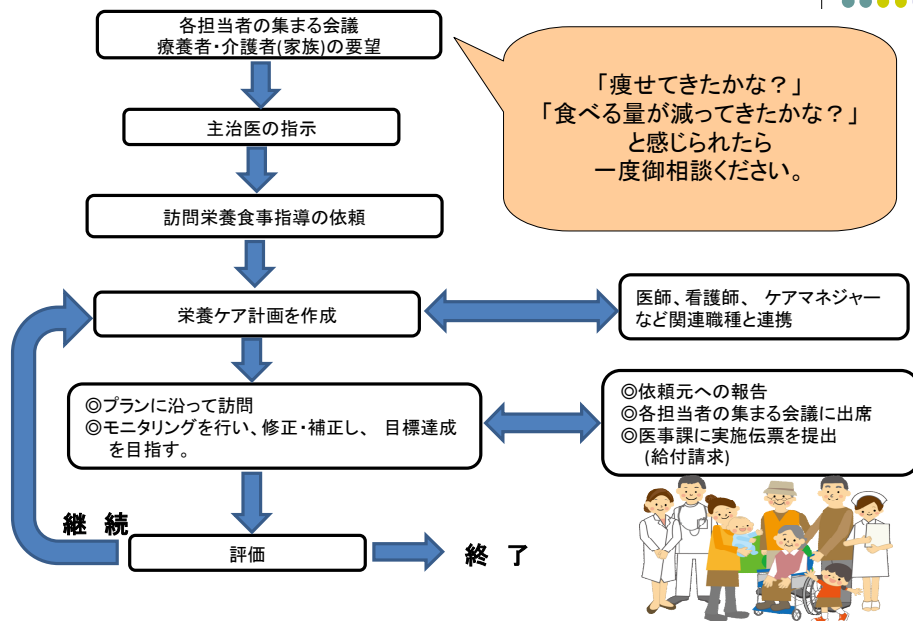
- ①お粥を冷まし、ミキサーに粥とスペラカーゼを入れ、1分以上攪拌します。
- ②鍋に移し、80度以上に加熱します。
- ③器に移して食べます。

※出来立ての熱い粥をミキサーに入れたとひび割れる場合があります。

※**温かい状態で食べていただきます。**

温める場合は、湯煎にかけるのがベストです。
時間のない場合は、電子レンジ（800W）を「解凍」にし40秒～1分間温めてください。

ご利用の流れ



頻度や費用



○費用

訪問1回につき530円

※**居宅療養管理指導は区分支給限度額管理外のサービスです。**

交通費は頂いておりません。

○1回にかかる時間と頻度

時間: 概ね30分～1時間が目安

頻度: 1ヶ月に2回まで



提供地域



●サービス提供地域

彦根市、東近江市(旧愛東町、旧湖東町)、
愛知郡愛荘町、犬上郡(甲良町、多賀町、豊郷町)
※上記以外でも御希望の場合は要相談。



地域のかかりつけ栄養士として



平成22年よりサービスを開始

＜人数＞

平成22年度:5名 ⇒ 平成24年度:13名

＜依頼居宅介護支援事業所＞

平成22年度:4ヵ所 ⇒ 平成24年度:12ヵ所

**地域のかかりつけ栄養士として、
栄養や食事の窓口になっていけるよう、
頑張ります！
お気軽に御相談ください！**

