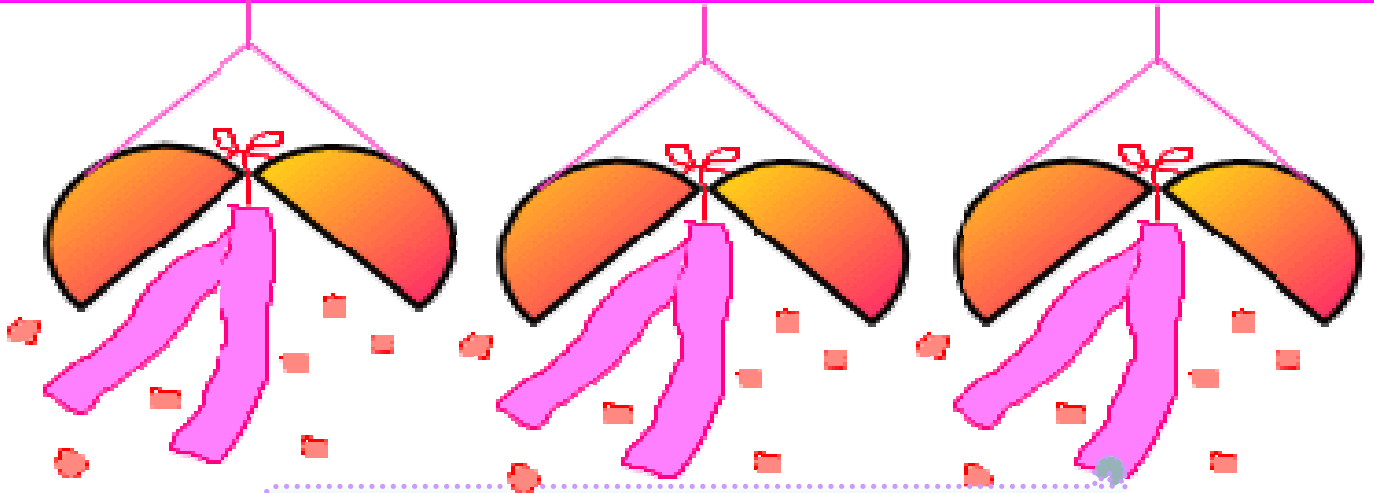




# NST便り・第3号

平成20年12月発行・NST委員会

編集担当：佐藤、村山、盛岡



## 祝！NST発足1年

### NST活動の一年を振り返って

NSTが稼働して一年が経とうとしています。

NSTの役割として(1)栄養評価 (2)栄養管理 (3)栄養コンサルテーション

(4)栄養関連の知識の啓蒙などがありますが、(1)に関しては急性期病院として多忙の中、栄養士・看護師を中心にご尽力頂きました。(2)については、リンクNrや検査データからまだ十分とは言えない症例が多々存在することが推察されました。従って(3)の普及が重要となりますが、コンサルテーション依頼は伸び悩んでいる状況です。

(4)については、幸いNST主催の勉強会の参加は多数で職員の皆さんの意識の高さを感じられましたが、残念なことに多忙は承知していますが研修医を含め医師の参加が少ないのが難点であると感じています。どこかの国の総理大臣がおっしゃるように医者は社会的常識がかなり欠落している訳では決していないと思っていますが、感染対策・リスクマネジメントなどと同様にどこの病院でも医師が最大の抵抗勢力であることは変わらないということなのだと思います。

NSTとしては、まず自己啓蒙に励みNSTチームの力をより一層強固なものとして、栄養療法の標準化の普及に努めて行きたいと思えます。

その他摂食・嚥下障害の患者への対応が可能となるべく嚥下評価・リハビリ・口腔ケアについても取り組みを開始しております。栄養療法がすべての患者の基本的医療として重要であることが認識されNST活動がさらに普及することを願っています。

ぜひとも皆さんの益々の御協力を宜しくお願い致します。

NST委員長・中堀 昌人



「魚油」って??

# NST豆知識



皆さんは「魚油」という言葉をご存知ですか？普段なかなか耳にしない言葉ですよ？  
今回、10月25日に開催された研究会では「魚油と行動」という特別講演がありました。

## 「魚油」とは

言葉のとおり魚の油です。特に秋刀魚などの青魚の油には、EPA.DHAと呼ばれるn-3系の脂肪酸があり、冠動脈疾患の予防・治療に有効であることが確認されています。

## 「魚油と行動の関係性」

1. 大学生に前もって魚油を3ヶ月投与すると、卒業試験や進級試験などのストレスによる敵意性の亢進を防ぐことができた。
  2. 小学生(9~12歳)にDHAの多い食事を食べさせることで、女子では身体的攻撃あるいは衝動性を制御することができた。
  3. AD/HDの子供たちでも、DHA強化食で攻撃性が低下した。
  4. 自分への攻撃と考えられる自殺未遂に関しても症例対象研究で魚油の関連が示唆された。
- 以上のことから、魚油には攻撃性・敵意性を制御する作用もあり、また、これらを多く摂取するためには、フライやてんぷらなどの油を使った料理ではなく刺身、煮魚、焼き魚などを摂った方が効果的であると報告がありました。  
毎日の食事の中から健康維持を考える大切さを改めて実感しました。

第4回宮城栄養サポートチーム研修会参加報告者:村山(5階)・盛岡(11階)



## 摂食・嚥下リハビリ&口腔ケアチーム活動開始!

委員会では、メンバーの中から摂食・嚥下リハビリと口腔ケアチームを立ち上げ、現在マニュアル作成中です。今後スタッフの皆様に、より摂食・嚥下リハビリや口腔ケアに力を入れてもらえるようにアドバイスしていきたいと考えています。1月にはNSTミニ勉強会を開催予定ですので、皆様の参加を心待ちにしています。

なお、同チームではNST委員以外のメンバーでも参加できますので、興味のある方は8階の小畑までご連絡下さい!!



1年間ご協力ありがとうございました。  
来年もどうぞよろしくお願いいたします。



NST委員会