

NST通信

お知らせ

◆委員会

6月27日(木) 16時00分～ 講義室
◇論文紹介 栄養・検査室

◆勉強会

7月25日(木) 17時40分～ 大会議室
◇症例検討 外来
◇NSTまめ知識講座 看護師

NST 通信では各部署のNST 委員の方に記事担当をお願いしてトピックスなどを紹介しています。

今月は**リハビリテーション科**の担当です。

食事時の自力摂取姿勢について 紹介します。

静的姿勢の安定性が保たれていること、嚥下が行いやすい姿勢であることは、自力摂取・介助摂取にかかわらず、食事姿勢に共通して必要な要素といえます。自力摂取者ではそれに加えて、**摂取動作をスムーズに行うための姿勢が必要**となります。摂取動作は前方にある食器と口の間を行き来する上肢の運動が主となりますが、スプーンや箸に口を近づける体幹・頭部の動きも必要であり、前後方向への移動が大きい動作といえます。自力摂取の姿勢はこの体幹や頭部の動きを最小限にする事、特に頭部の過剰な動きは正常な嚥下運動を妨げる危険性が高いため、**食物の取り込み時に頭部の過剰な運動を誘発しない姿勢が必要**です。**骨盤を起こし体幹を少し前に傾けた、いわゆる「よい姿勢」は機能的座位**と呼ばれ、上肢操作効率が高く、重心移動に伴う姿勢調節が行いやすい座位であり、食事の自力摂取で目指すべき姿勢といえます。姿勢を整えることのメリットは**誤嚥予防**や**疲労軽減**、**食事量の増加**などがあります。

下記の図を参考に姿勢を確認してみてください。佐藤彰彰,「車いすでの食事はダメ?」自力摂取の食事姿勢:三輪書店,2018,Vol.52, No.9, p.958-962
画像:ヘルシーネットワーク web サイトより



**紹介します！
院内認定 NST 専門療法士**

昨年、3名の方が新たに院内認定 NST 専門療法士を取得されました！NST 通信で紹介していきたいと思えます。初回は、薬剤師 K さんです。



薬剤師 K さん
経験年数：1年

★ご自身の栄養や健康にまつわるエピソードは？
自身が喘息であり、糖質の取り過ぎで症状が悪化した経験が何度もあります。どんな病気も一番は日々の適切な食生活と運動ですね。頑張ります、、、
★認定取得にあたり、意気込みをお願いします。
まだまだ知識不足ではございますが栄養面からも患者さまのサポートが出来るように頑張ります。まずは2年後のNST 専門療法士の資格取得を目指して頑張ります。よろしくをお願いします！