

NST 通信

研修会のお知らせ

5 月 29 日(木) 17 時 40 分～ 大会議室

◇講義『NST 総論』 笠井医師

◇症例検討 4 西病棟

7 月 24 日(木) 17 時 40 分～ 大会議室

◇講義『栄養評価とスクリーニング』大原看護師

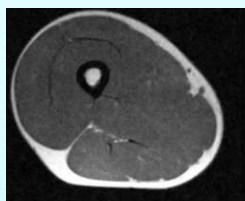
◇症例検討 新 2 病棟

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。

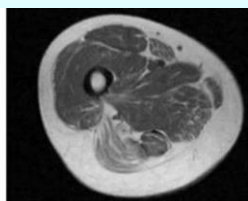
今月は **リハビリ** の担当です。今回は **サルコペニア** を紹介します！

サルコペニアとは

サルコペニアは、身体的な障害や生活の質の低下、および死などの有害な転帰のリスクを伴うものであり、**進行性および全身性の骨格筋量および骨格筋力の低下を特徴とする症候群**です。



Younger



Sarcopenic Older

サルコペニアの原因

原発性→加齢

二次性→活動：ベッド上安静・廃用・無重力

栄養：エネルギー・たんぱく質摂取不足

疾患：侵襲・悪液質・神経筋疾患



日本人高齢者のサルコペニアの簡易基準



リハビリテーションには栄養が必要！

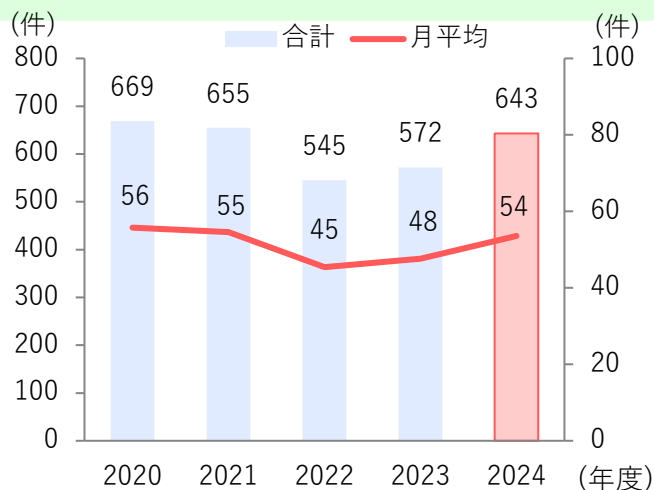
サルコペニアに該当する患者様にはレジスタンス運動単独よりも**たんぱく質摂取との併用療法**のほうが**筋力増強および骨格筋量増加効果**が得られやすいとされています。運動後にたんぱく質と糖質を摂取すると筋肉の合成が促進されると言われているため、**栄養補助食品を上手に使うことで栄養補給**できるのが望ましいです。

当院にも色々な味を準備しています！



2024 年度 NST 回診件数

総回診件数は 643 件、月平均 54 件、1 回診あたり(平均)6.5 件でした。診療科別では、消化器内科、内科、整形の順に多い状況でした。



院内認定 NST 専門療法士 誕生

3 月 26 日(水)に院内認定証授与式がおこなわれ、看護師 3 名が新たに院内認定 NST 専門療法士となり、看護師 1 名が資格更新を行いました。NST 院内認定者は 23 名となります。

