

秋号

## NST通信

## 研修会のお知らせ

11月27日(木) 17時40分～ 大会議室

◇症例検討 新3病棟

◇NST まめ知識講座 管理栄養士

1月22日(木) 17時40分～ 大会議室

◇症例検討 3病棟

◇NST まめ知識講座 リハビリ



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**歯科・OP 室**の担当です。

## 歯 科

## ①歯周病



**歯周病**は歯を支えている歯槽骨を溶かし、歯を失う原因としても知られている病気です。

高齢者のお口のケアで虫歯以上に注意が必要です。次の症状は歯周病のサインです。当てはまるものがあつたらなるべく早く歯科医院への受診や歯科医師に相談しましょう。

## ②歯周病のサイン

1. 歯肉が**赤色**や**紫色**になっている
2. 歯磨きなどで歯肉から簡単に**出血**する
3. 歯と歯の間の歯肉が丸く腫れている
4. 歯と歯の間の歯肉がやせて隙間ができています
5. 歯が揺れるようになった
6. 歯が伸びてきたように見える



## \*カルシウムを多く含む食材\*



## \*ビタミンDを多く含む食材\*



## ③歯周病と栄養素

食習慣も歯周病におおきな原因になります。歯周病は歯肉を構成するコラーゲン繊維が破壊された状態ですが、ビタミンCにはコラーゲン繊維の再生を促し、歯肉を健康に保つ働きがあります。また、骨の形成を促す**ビタミンD**や**カルシウム**は、丈夫な歯を維持する効果が期待できます。一方、糖質や脂質は歯周病を進行させるというデータもあるようなので、やはり摂り過ぎには注意しましょう。

引用:www.houmonshika.org/oralcare/c158/

## OP 室

## ERAS®《術後の早期回復を目指した周術期プロトコル》について

ERAS とは、ESPEN(欧州臨床栄養代謝学会)が提唱した、術後の早期回復を目指した周術期管理法で、Enhanced Recovery After Surgery(術後回復の強化)の略です。17項目の管理方法を集学的に実施する事で、術後合併症の減少、入院期間短縮などのエビデンスが示されています。

## ～ERAS の要素(17 項目)～

## 術前

入院前カウンセリング  
腸管の前準備なし  
**術前の炭水化物液投与**  
麻酔前投与なし



## 術中

経鼻胃管留置無し  
硬膜外麻酔・鎮痛  
短時間作用の麻酔薬  
**Na・輸液の過剰を避ける**  
小切開・不要なドレーン無し  
術中の低体温の予防



## 術後

早期離床・歩行  
経口麻薬不使用/NSAIDs 使用  
悪心・嘔吐予防  
腸管運動の刺激、促進  
カテーテル・ドレーンの早期抜去  
**周術期経口摂取**  
アウトカム調査



## 注目!

当院で術前経口補水として利用している**アクアソリタ**が

『**特別用途食品個別評価型病者用食品**』\*の表示許可を取得しました!

\*特別用途食品の中で、企業が提出したエビデンスが個別に評価され、特定の疾病のための食事療法上の期待できる効果が医学的、栄養学的に示されている食品として消費者庁が表示を許可するもの。



消費者庁許可  
個別評価型  
病者用食品