



輝かしい一年の幕開けに「抱負」を胸に刻まれた方も多いことでしょう。NSTは、患者さんの病態や症状等に応じて回復を促す栄養療法の提案を通して、少しでも早く「安心して生き生きと自分らしく暮らす」生活の場へ戻る事ができるよう、微力ながらお手伝いさせていただきます。今年もどうぞよろしくお願い致します。

NST委員会では、各職種の執筆によりNST通信を発行しています。

またNST勉強会では興味深い講義が目白押しです。どなたでもご参加いただけます。看護部ラダーのキャリアシートに押印しています。

< 今号のメニュー >

**\* TOPIX**

オーラルフレイルについて

**\* 臨床に活かせる**

**基礎知識**

脂肪乳剤の必要性

**\* 気になる word**

(NST勉強会より)

MCT(中鎖脂肪酸)



☆ お気軽にご相談ください。

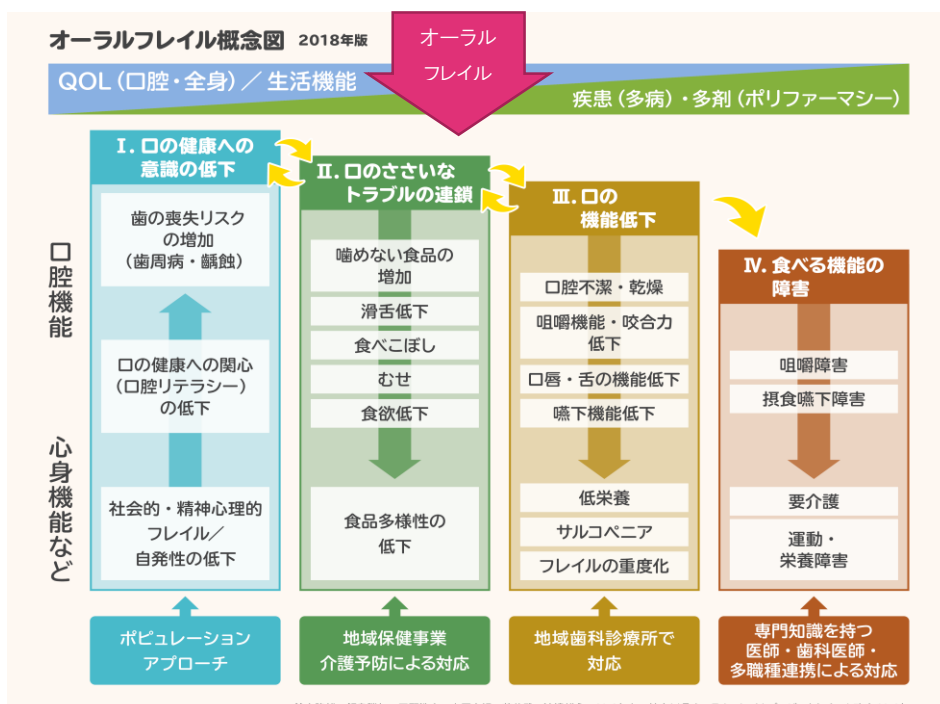
< お問い合わせ先 >

入院:NST 担当 or 病棟担当栄養士

外来:NST 外来 外科齋藤先生

## TOPIX オーラル・フレイルについて

高齢者の健康長寿に影響を及ぼす要因として「フレイル(虚弱)」が挙げられています。栄養・口腔機能の視点からみたフレイルの概念は、「Ⅰ.口の健康への意識の低下」「Ⅱ.口のささいなトラブルの連鎖」「Ⅲ.口の機能低下」「Ⅳ.食べる機能の障害」の4段階で構成されています。活動量・意欲の低下から口腔への関心が低下し、歯周病・う蝕が増えて歯を喪失する状態から口腔機能が低下する状態が「オーラル・フレイル」の段階です。この頃には、口腔機能の軽微な低下(滑舌低下、食べこぼし・わずかのむせ、噛めない食品の増加)に伴って噛みやすい、飲みやすい食事内容に変化します。以前の食事より食感・風味の多様性が減ることで食欲が低下し、低栄養状態になることで「口の機能低下」「食べる機能の障害」の段階に移行していきます。オーラル・フレイルは適切な介入によって改善・回復が可能な段階です。「年だから仕方がない」という声もありますが、早期に気づいて対応することで健康長寿の時期を延伸することにもつながると思います。(摂食・嚥下障害看護認定看護師 鈴木)



当院では、20%イントラリポス 100ml(200kcal)を採用しています。この脂肪乳剤について紹介します。

### 【脂質投与の目的】



#### ① 効率の良いエネルギー補給

脂質は9kcal/gで糖質(4kcal/g)に比べて2倍以上のエネルギーがあり、効率が良いです。栄養源として糖質のみ投与すると、高血糖やインスリン分泌に伴う脂肪合成が亢進して脂肪肝になることがあるので、脂肪乳剤を併用することでこの副作用は低減できます。

#### ② 必須脂肪酸の供給

必須脂肪酸である長鎖脂肪酸トリグリセリドのリノール酸・リレン酸が供給できます。脂肪乳剤を含まないTPNでは、必須脂肪酸欠乏症が数週間で発症すると言われており、成長障害や皮疹等が出現することがあります。

#### ③ 静脈炎の予防

浸透圧が高いPPN(パレプラス、ビーフリード等)を末梢投与する場合、糖質の投与量が制限されてしまいますが、脂肪乳剤と一緒に投与することによって、十分なエネルギーを確保できます。また、PPNと脂肪乳剤を同時に投与すると、浸透圧を下げ、血栓性静脈炎の予防することができるので、脂肪乳剤の併用が有用です。

### 【投与量の決定・投与方法】

エネルギー源としての脂質は、総投与エネルギーの20%程度が一般的であり、糖質・アミノ酸と適正比率で組み合わせる投与することが望ましいです。

エネルギー源とするなら毎日投与、必須脂肪酸の補給目的なら週2回程度でもよいようです。

最後に、脂肪乳剤を投与する際、できるだけゆっくり投与しないと代謝されません。ガイドラインには20%イントラリポス 100ml 製剤なら、**0.1g(0.5ml)/kg(体重)/時以下**と記載されています。例えば、体重50kgの人だと、25ml/時間で、1本4時間以上かける計算になります。(薬剤部 二瓶恵子)

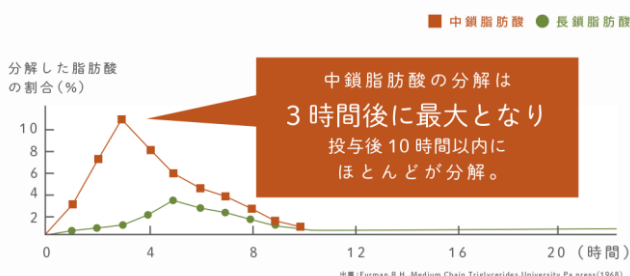
## 気になる word

## MCT(中鎖脂肪酸)

2019.5NST 勉強会より抜粋加筆

MCT(中鎖脂肪酸)は、膵リパーゼや胆汁酸の作用がなくても吸収され、門脈を經由し肝臓で代謝されます。代謝過程でカルニチンを要さず、一般的な油脂(長鎖脂肪酸)よりも吸収速度が速く、食後に中性脂肪が上昇しにくいこと、体脂肪の蓄積を抑えることが知られています。最近では、グレリンと結合して活性型グレリンとなり食欲増進に関与すること、更にケトン体の産生を高めアルツハイマー型認知症における症状を緩和すること等が報告されています。摂取量の目安は30g/日までとされています。ココナツオイルに多く含まれますが、MCTオイルを取り扱う店舗も増えています。(小林)

中鎖脂肪酸の分解時間は長鎖脂肪酸に比べて約4倍早い!



当院採用品でMCTを含有する食品の例

アイソカル 100 エネプリン MCTオイル

