

# 栄養サポートチーム(NST)の話

代々木病院 内科 大山晃弘 (医師)



### 栄養サポートチーム(NST)って?

なぜ栄養管理が大切なのか?

栄養サポートチーム(以下NST)は、医師・看護師・栄養士・薬剤師など多職種で構成され、文字通り患者さんの栄養状態をより良く保つために活動している特命チームです。これまでの医学では栄養管理が軽視されがちでしたが、近年、栄養管理の重要性が認識されるようになり、全国の病院でNSTの立ち上げが進んでいます。当院では昨年11月より本格稼働していま

### 栄養状態の評価

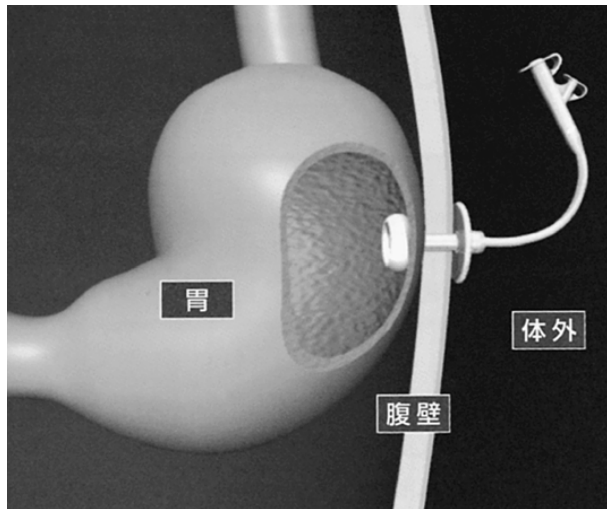
除くすべての入院患者



脂肪や筋肉の厚さを測定して、栄養状態を詳細に把握する

さんについて、入院時に栄養評価を実施しています。「栄養不良」と判断された患者さんはNSTが介入し、さらに詳細な身体計測(写真)や血液データの分析などを行い、栄養障害のタイプや重症度を判定し、必要な熱量の計算や投与方法を含めた栄養計画を立てていきます。

### 腸管は食物の消化吸収だけでなく、免疫力の維持にも深く関与しています。消化管を使用しない期間が長いと腸管粘膜が萎縮し、消化吸収障害や全身的な抵抗力の低下が生じます。



出典:「胃ろう(PEG)手帳」在宅と施設での介護のために

### 専門性を発揮して、最良の栄養療法を提示

栄養不良や食欲低下の原因は「慢性消耗性疾患がある」「意欲の低下」「入れ歯が合わない」「飲み込みが悪く、肺炎を繰り返す」「薬の副作用」などに多様です。NSTは多職種が参加するチームですので、単にすでに診断されている疾患だけでなく、心理社会的背景、嚥下機能、処方薬の内容など栄養不良を来たす因子について多面的かつ総合的に検討し、その患者さんにとって最良の栄養療法を担当医に提示して

## 栄養管理はすべての治療法の基盤

「できる限り消化管を使う」が原則です。難しいのは、重度の飲み込みの障害がある患者さんです。当院にも多数入院されていますが、障害が重いほどリハビリには時間がかかります。状態によっては、胃ろう(胃に体外から管を挿入し、直接栄養剤を注入する方法・図)による栄養をお勧めすることがあります。良好な栄養状態でリハビリに専念していただきたいと考えます。点滴による栄養もありますが、安全性や栄養療法の効果の面では胃ろうに軍配が上ります。リハビリにより胃ろうが不要になった患者さんも複数

### 病院全体のレベルアップに期待

数経験しており、時期を逸しない選択が大切と感じています。

春の風物詩といえる草もち。中に入れるヨモギは鮮やかな緑と芳香、苦味があり、お茶、お粥、湿疹止め、入浴剤等、昔から使われてきました。また、葉裏の毛はお灸の文(もぐさ)として有名です。一口にヨモギといっても、キク科ヨモギ属は、日本で30種、世界で250種以上あり、種類により成分も変わり、草もち、もぐさに日本のヨモギ、オオヨモギが、沖縄のお粥にはニシヨモギが使われます。漢方では苦味の生薬となり、ヨモギの若葉から「ガイヨウ」が作られ止血等に、カワラヨモギの花のつぼみから「インチンコウ」が作られ痒み止め、利胆等の目的で他の生薬と配合し専門医の診断で使われます。元々、漢方の原料生薬の多くが苦い成分を含みますが、実は苦味物質はヒトに強く作用するものが多いのです。人参、大黃、杏仁、モルヒネ、カフェイン、エフェドリン、キニーネ等多くの医薬品が苦味成分を利用して使われています。苦味は一般的に鎮静、解熱、排泄作用があり心臓、血管の働きを改善するとき使われます。また、少しの苦味は料理の味に深み

## くすりの話あれこれ 39

### 苦味と薬の関係～ヨモギから

斉藤 典子 (薬剤師・たくみ外苑薬局)



を出します。その他、誤飲防止のために洗剤、殺虫剤等に微量添加されます。苦味は動物が毒物の摂取を避けるために発達した感覚だと考えられており、最強の苦味物質は10億分の1の濃度で感知されるのです。さてヨモギですが、苦味成分カフェタンニンの他、ヒタミン、ミネラル、精油等多くの薬効成分や豊富な繊維質があります。葉裏の毛はT字型で餅によくからみ、燃えやすく、精油も含みます。草もちには茹でて、お風呂には生葉は200g位、乾燥葉は50g位を布袋に入れて浮かべますが、民間の使い方は多岐にわたります。しかし安全のために気をつけることも多いようです。ヨモギ属のクソニンジンからはマリリア治療の成分アルテミシニンが作られますが、他種類との混同や、偽薬の横行等の問題を抱えています。さらに日本のヨモギは流産防止作用があるのですが、ハーブで知られる欧州ヨモギのマグワートは子宮刺激等のため妊娠中や授乳中は禁忌です。また、ヨモギはてんかん発作を誘発する成分ツヨンを含むので、てんかんのある方は摂るのを控えます。大きくなるとサントニンという成分が多くなり、大量摂取で肝臓毒となります。キク科の仲間セロリ、ニンジン、カバノキにアレルギーの方の他、メロン、キウイ、バナナにアレルギーの方も要注意です。日本ではよく親しまれ、多くの薬効のあるヨモギですが、気をつけることも多いといえます。ヨモギの若芽を摘むのは10センチ位迄を目安にするとサントニンが少なく安全だそうです。しかし、種類の見分けは難しく、よく似た毒草もあるのです。確かな栽培元の品を利用するほうがよいでしょう。浮き立つ春だからこそ、苦い薬について一考してみてくださいね。