

第59回日本透析医学会学術集会

P3-273

リン適正化のための 栄養管理

横関 美枝子、内田 広康、宮下 真理子、白金 千尋、
大山 恵子、諸見里 仁、大山 博司

はじめに

- ・ 高リン血症は、動脈硬化や異所性石灰化を招くなど生命予後に深く関わっているため、適正な管理が求められる。
- ・ リンの食事制限は、たんぱく質の制限にも繋がりがかねず、**栄養状態の低下の恐れ**がある。
- ・ 当院では **QOL の向上** を第一に考え、栄養状態を良好に保ちながらリンを適正にコントロールするための取り組みを行っているので、報告する。

つばさクリニックの紹介

東京都墨田区両国

透析ベッド数 40床

コンソール 42台

透析患者数 148名

(うち在宅透析患者1名)



スタッフ

常勤医師	3名
看護師	12名
臨床工学技士	7名
管理栄養士	4名

リンの管理ポイント

- 血清リン値は、リン吸着剤の内服管理、透析条件、骨代謝など様々な影響を受けているため医師、看護師、臨床工学技士、管理栄養士の連携が不可欠である。
- 患者には端的に「この食品は控えてください」と伝えるのではなく、食材の特徴や食べ方の工夫を伝え、患者自身が自由に食品を選び、リンの食事管理ができるようになることが肝要である。

リン適正化のための取り組み

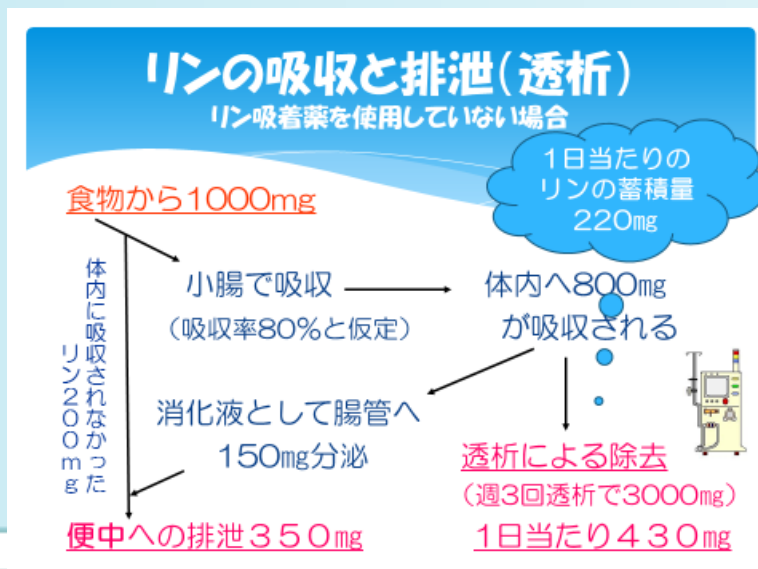
①スタッフ勉強会の開催

- ・ 当院では2か月ごとにテーマを決めて、看護師・臨床工学技士による患者教育を行っている。栄養士以外のスタッフからリンの食事管理についての指導が行われることをきっかけに管理栄養士による勉強会を開催した。
- ・ 食品添加物として使用される無機リンについての勉強会は、スタッフの関心が強く、質問を受けることが多かった。

リン適正化のための取り組み

② 患者教育ビデオの制作

- ・ パワーポイントで作成した資料を家庭用ビデオカメラで撮影。管理栄養士による解説で20分程度のDVDを作成した。
- ・ 内容はリン適正化の重要性、リン吸着剤の内服について、**有機リン・無機リン**の特徴、食品添加物の表示について、等



②リンは2つの種類があります!

有機リン

- ◆ 肉、魚、卵、牛乳、大豆製品など食材にもともと含まれているリン
- ◆ 吸収率は50~70%

大豆のリンはフィチン酸として存在しているので吸収されにくい!

無機リン

- ◆ 食品添加物として食品に含まれるリン
- ◆ 吸収率90~100% 身体に吸収されやすい!



患者教育ビデオ視聴後の患者の反応

ポジティブな反応

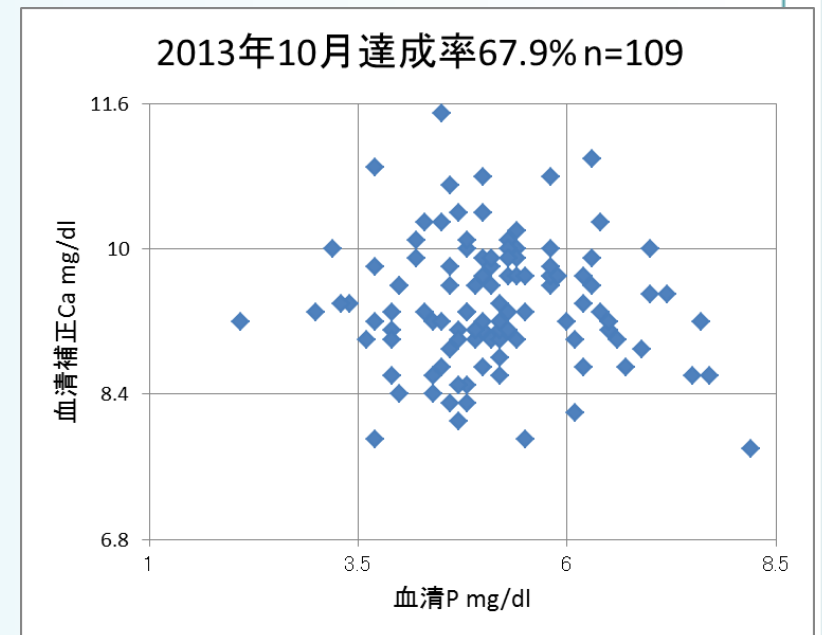
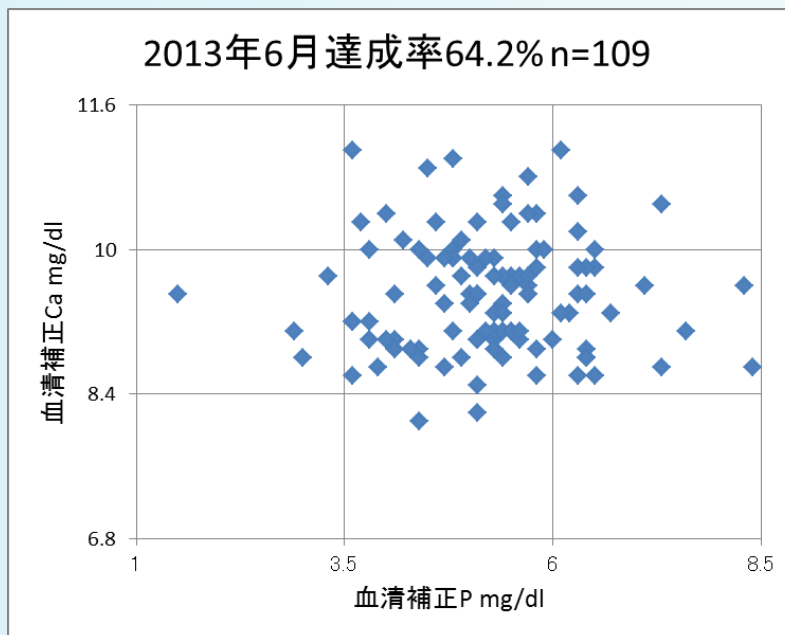
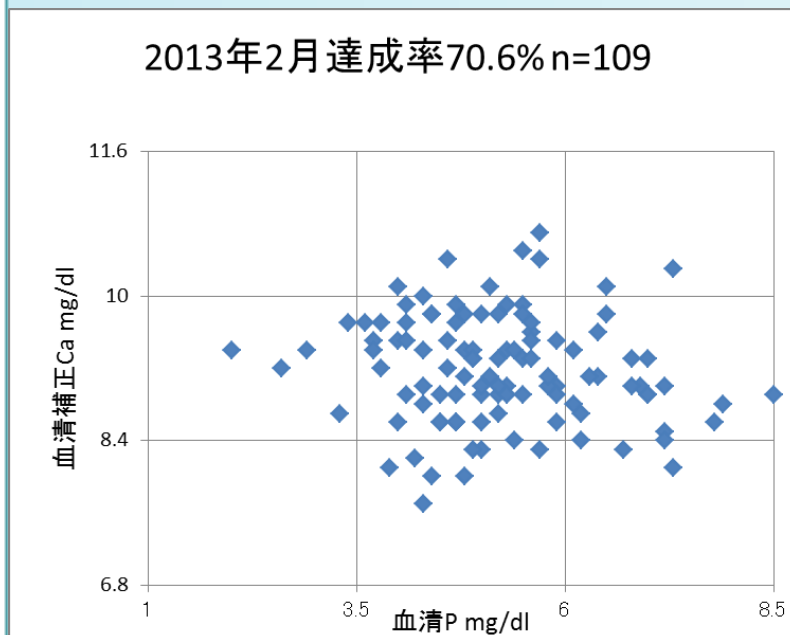
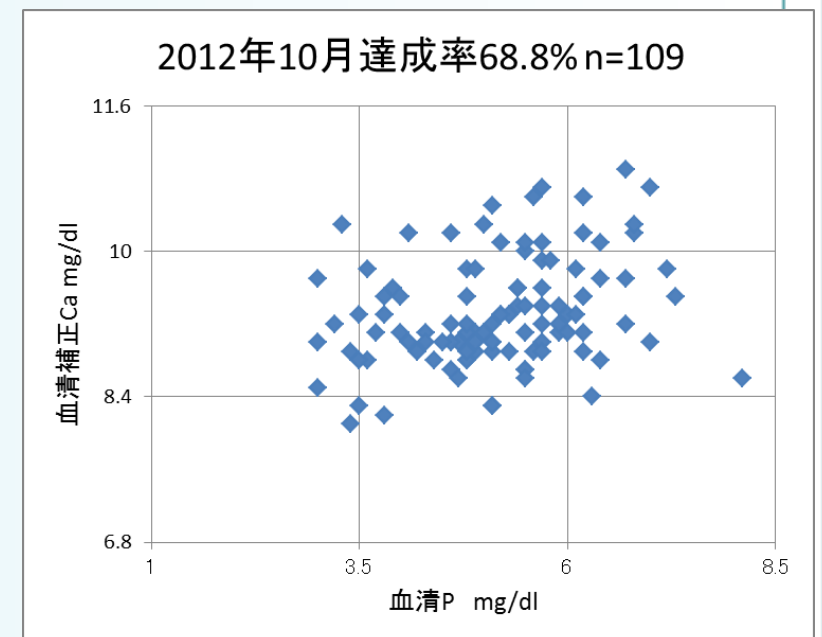
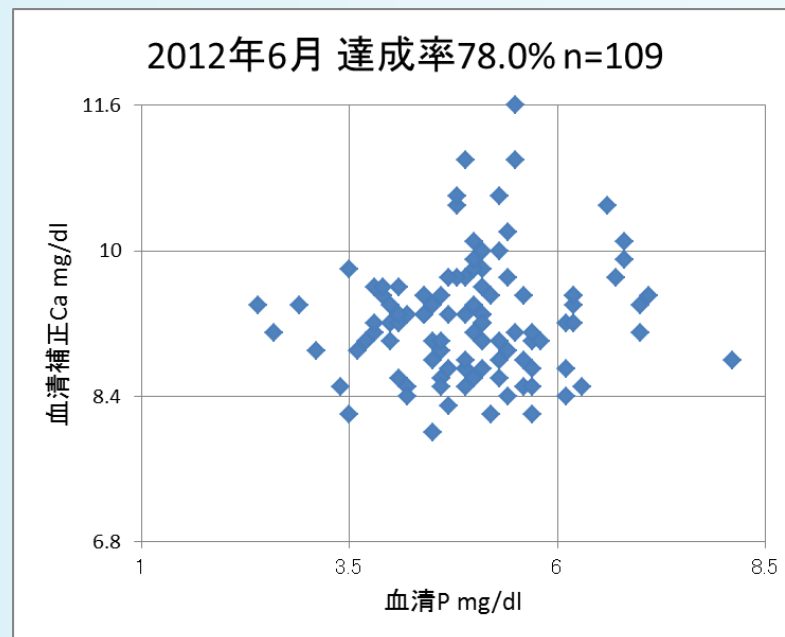
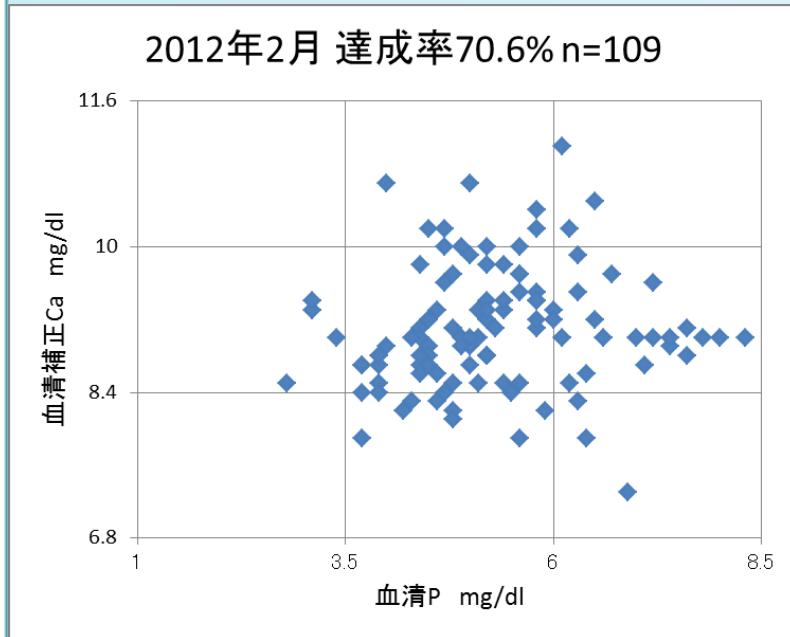
- ・ 飲み物にもリンが多く含まれていることに驚き、リンの含まれない飲み物に代えた
- ・ 添加物を使用しているコンビニ弁当を減らし、ごはんだけでも自宅で炊くようになった

ネガティブな反応

- ・ 添加物を気にしすぎてしまったために、食事量が減ってしまった
- ・ 添加物を使用していないものは大丈夫だと勘違いし、食事量が増え、血清リン値が上昇してしまった

患者の受け止め方は様々であるため、ビデオ上映後は個々のフォローが重要である。

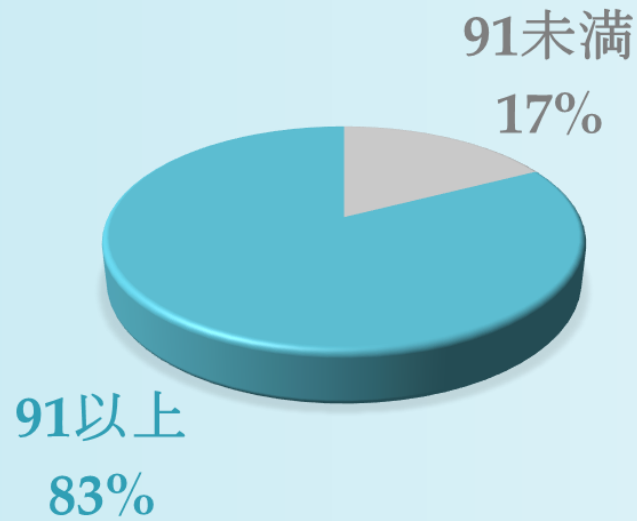
骨・ミネラル代謝異常の診療ガイドライン2012 血清P・血清補正Ca管理目標 達成率



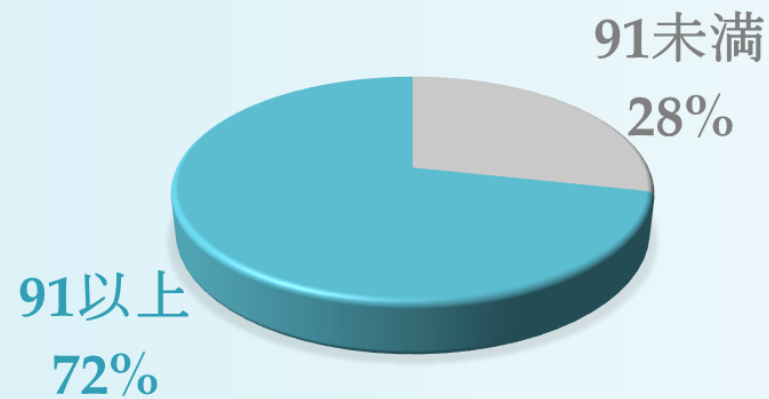
全国の達成率 51.4% (図説 わが国の慢性透析療法の現況2012年末より)

GNRI

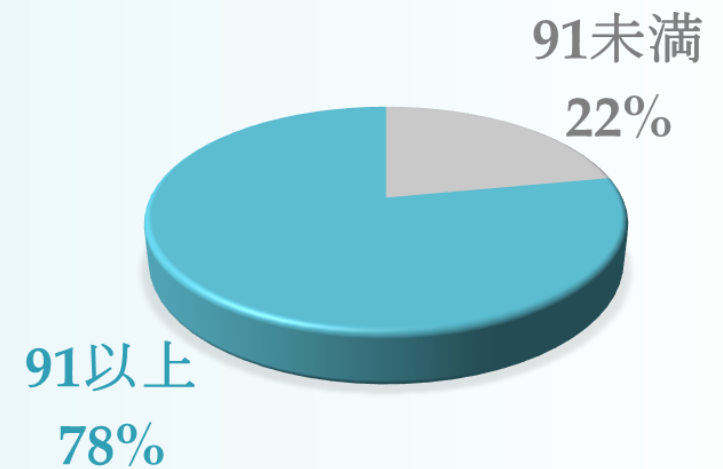
2012年2月 GNRI n=109



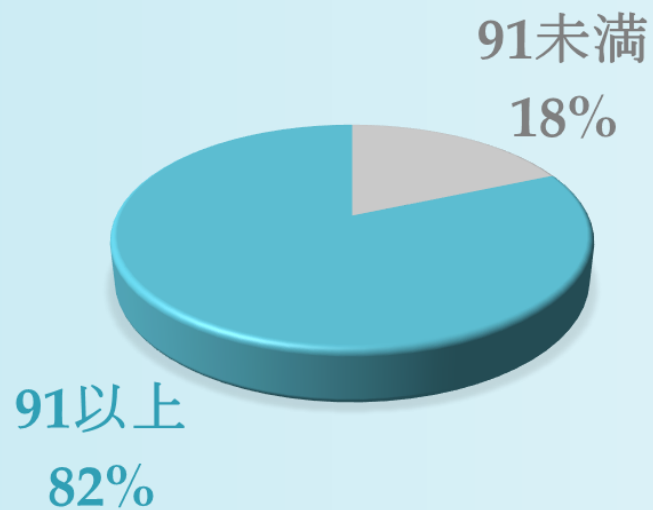
2012年6月 GNRI n=109



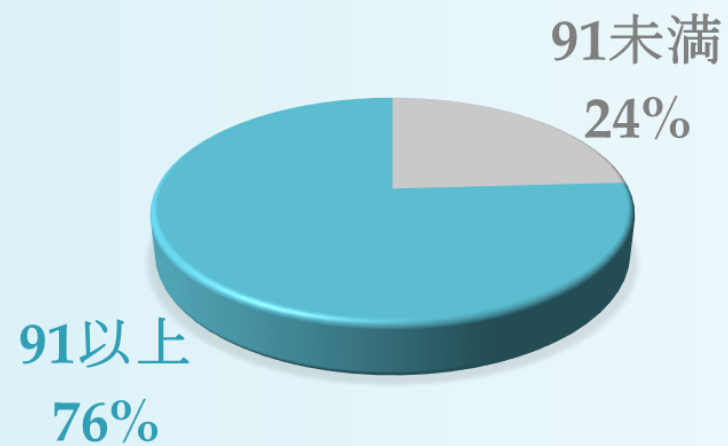
2012年10月 GNRI n=109



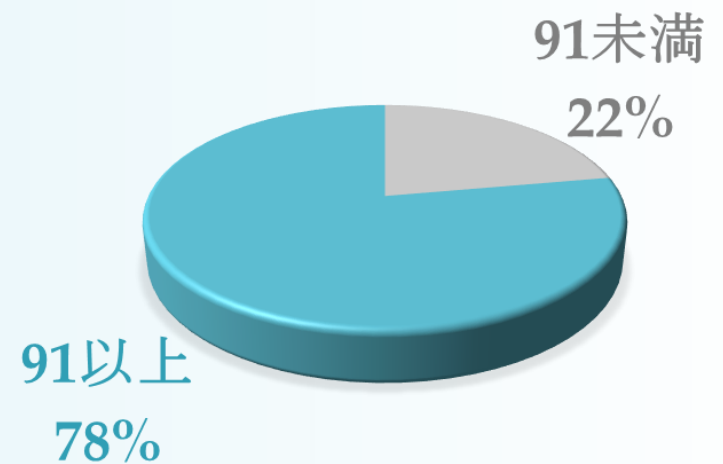
2013年2月 GNRI n=109



2013年6月 GNRI n=109



2012年10月 GNRI n=109



まとめ

- ・ スタッフ勉強会により、栄養士とスタッフ、スタッフと患者とが一緒にリンについて学び、考えることができた。
- ・ 今回、自作の患者教育ビデオという新しい方法を試みたが、患者の行動変容が起こり、効果があったと考える。
- ・ 今後は、誤解が生じてしまった反省を元に患者教育ビデオのバージョンアップを行い、新たな指導方法を考えていきたい。

日本透析医学会 COI 開示

筆頭発表者名: 横関 美枝子

演題発表に関連し、開示すべきCOI 関係にある
企業などはありません。