

退院後の食生活の調査及びそこから考えられる課題について

稲次整形外科病院 栄養課

小山直美

【はじめに】

現在当院では治療食を提供している患者様を対象に栄養指導を行っているが、退院後も継続して食生活に気をつけているのか、把握することが出来ていなかった。在宅へ退院された患者様がどのような食生活をされているのか、又良好な栄養管理が行われているのかを調査することで、管理栄養士が入院中の患者様に対してどのようなサポートが必要であるか考察し、今後より良い栄養指導を行っていくための課題を見出すことを目的とする。

【対象】

当院で過去に糖尿病食、腎臓病食、減塩食、脂質異常症食の治療食を提供していた患者様で、退院後当グループでサービスを受けておられる方々。今回は 48 名対象とした。

【方法】

対象者を抽出し、アンケート用紙を用いてご本人から聞き取りを行う。アンケート内容としては現在の食事内容や味付け、間食の有無、運動習慣、食生活についての意識などを探るような項目にする。

【結果】

結果①サービス利用時以外の食事内容については、自宅で調理したものを食べている方が 81%、一部購入している方が 19%であった。

結果②日頃の食生活を考え意識されている方が 73%と多かったが、詳しく自宅での食事調査を実施すると 29%の方が行動に移せていなかった。意識されていない方を含めると 48%の方が日頃の食生活に問題があることがわかった。

結果③退院後栄養指導を受けたいと思っている方が 33%であった。その半面栄養指導を受けたくなく、且つ食生活を改善する意識のない方が全体の 20%も占めていた。

【考察】

高齢化の影響で栄養指導の内容を理解し、実践することが困難な場合や、改善することを諦めている方が多く見られた。食生活の改善が必要であることを入院中の栄養指導で理解していただき、意識付けを行うことが重要である。

【課題】

現在の栄養指導方法を見直し、高齢の方でも分かりやすい資料作りや教材を利用すること、退院後に食事療法が実践できるよう、家族や周囲の理解と協力を促すことが、私たちの課題である。