医療最前線

NST（栄養サポートチーム）が活躍しています①

～管理栄養士の役割～

花田亜由乃 管理栄養士

NSTとは、Nutrition Support Teamの頭文字をつなげた略語で、それぞれNutritionは栄養学、Supportはサポート（補う）、Teamはチーム（組）という意味です。続けて言うと「栄養サポートチーム」となります。チームと名がつく通り、医師・看護師・薬剤師・管理栄養士・臨床検査技師・言語聴覚士など多職種が、それぞれの専門的な知識を持ち寄り、患者さんひとりひとりにあった栄養療法を提供するための活動を行っています。

NSTの活動目的は、患者さんの治療が行いやすくなるように栄養状態を回復させること、または良好に保つことで、病気そのものの治療ではありません。

何となくお分かりになると思いますが、患者さんの栄養状態が悪いと、治療しても回復に時間がかかることが多くなります。また、感染症や合併症（がっぺいしょう：その病気が元で起こる、別の病気や症状のこと）を起こす可能性が高くなります。さらに、もしも感染症にかかってしまった場合はその治療が優先され、もともとの病気の治療は後回しになってしまい、さらに退院までの日数がかかることがあります。

逆に言えば、栄養状態が良いと病気の治り方も良くなり、結果として退院までの日数も少なくすむと考えられます。患者さんにとって、NSTの活動はとてもメリットのあることではないでしょうか。

■NSTの介入が必要とされる患者さんとは？

栄養状態の悪い患者さんを選び出す基準として、血液検査のアルブミンという項目を用いています。アルブミンとは、血液中に最も多く存在する血清たんぱく質で、一般に栄養状態を評価するために用いられます。当院では、アルブミン値が2・9g/dℓ以下の場合にNSTが介入するものとしています。

その他にも、褥瘡（じょくそう：床ずれのこと）の有無、食欲不振による食事摂取量の低下、大幅な体重減少などもNST介入の対象になります。このように血液データなどで抽出できない患者さんは、普段患者さんと接することが多い看護師から相談・依頼を受けて介入となることもあります

■NST活動内容の流れ

①入院患者さんの中から、NST介入が必要とされる患者さんを抽出する。

②NSTメンバーが対象患者さんについて情報収集を行い、それぞれの職種の観点から気になる点や問題点などを挙げる。

③集まった情報をもとに、対象患者さんの一覧表と患者さん1人1人の記録用紙を作成する。

④毎週メンバーが集まり、③で作成した資料を参考に、どのような栄養療法が必要なのかを話し合うカンファレンスを行う。

⑤話し合いの後に対象患者さんのベッドサイドへ伺い、ご自身にNSTの介入を知ってもらうことはもちろん、カンファレンスでの提案事項の妥当性の確認や、NST介入による改善状況の確認を行う。

⑥ベッドサイドへの訪問後は、NSTからの提案事項を検討していただけるように、主治医へ相談する。

⑦その日の議事録の作成する。

⑧カンファレンスの内容、ベッドサイド訪問時の様子、主治医への提案などを、介入記録としてカルテに残す。

■NSTにおける管理栄養士の活動

管理栄養士が、NSTのメンバーとしてどのように活動しているかを紹介します。

○カンファレンス前に行う準備

左上の計算式のように、身長から標準体重を求め、さらに身体活動係数（身体活動の程度）とストレス係数（どれくらいのストレスが身体にかかっているか）を用いて、対象患者さんに必要なエネルギーを算出します。

患者さんの食事内容と摂取量の把握はもちろんですが、実際に摂取されている栄養量に近いものを算出するために、差し入れの内容や飲水量も把握していることが理想的です。そのため、患者さん本人やご家族へ話を聞きに伺うこともあります。集めた情報は、患者さん別の記録用紙に記入していきます。

○カンファレンスへの参加・提案

管理栄養士は、事前に得た情報からどの位のエネルギー・タンパク質・水分などが必要か、摂取している量はどのくらいかを算出して、過不足について報告した後、病態に合わせた食事・栄養補助食品・経腸栄養剤の提案を中心となって行います。

一例として、食欲不振による食事摂取量の低下の場合「食事を2分の1にして、不足分をおやつのような少量高エネルギーの栄養補助食品などで補う」という提案をします。

○最新の情報の入手と啓蒙活動

広島市内で行われている研修会や他病院での勉強会、全国で開かれる学会への参加によって新しい知識を取り入れること、院内でのNST活動への理解や認知度をアップさせるための院内勉強会を行うこと、NST専門療法士の資格取得のための勉強などを行っています。

次回は、看護師の立場からNSTについて説明していきます。

〈梶川病院（広島市西区天満町）花田亜由乃　管理栄養士〉

【計算式】必要エネルギーの算出方法

・標準体重（kg）＝身長（m）×身長（m）×22

・必要エネルギー（kcal）＝標準体重（kg）×25～30（kcal）※×身体活動係数【表1】×ストレス係数【表2】

※25 kcal…太り気味の方　28 kcal…標準に近い方　30 kcal…痩せている方

【表１】身体活動係数

寝たきり（意思疎通が難しい）	1.0
寝たきり（意思疎通できる）	1.1
ベッド上安静（ベッドに座った状態でいることが多い）	1.2
ベッド外活動（ベッドの外でも活動をすることが多い）	1.3
労働（働いている）	1.4～

【表２】ストレス係数

手術	軽度	1.1
	中等度	1.3～1.4
	高度	1.5～1.8
骨折		1.2～1.3
床ずれ	Ⅰ・Ⅱ度	1.1
	Ⅲ度	1.2
	Ⅳ度	1.3
やけど		1.2～2.0
発熱（1℃ごと）		1.2～1.3
異常ない状態		1.0

月刊 ウェンディ広島　編集・発行 合人社グループ 出版局　〒730-0036 広島市中区袋町4-31 合人社広島袋町ビル　☎082(247)7479