医療最前線

食べられないとき、どうする？ ONS（経口的栄養補助）の利用について

管理栄養士　石橋 亜由乃

■ONSとは？

ONSの前に、まず経腸栄養法について説明していきます。経腸栄養法とは、口から栄養摂取ができない時に栄養を摂取する方法の一つです。

何らかの原因で口から食物を食べることが難しい場合、そのままでは栄養不足になってしまうので、どうにか栄養を補給しなければなりません。この際大きく二つの方向性があり、一つは点滴等で血管（静脈）に直接栄養を入れる方法、もう一つが経腸栄養法です。

患者さんの腸が働いており、腸に特段病気もなければ、腸の機能の維持などメリットがある経腸栄養法が選択肢に入ります。経鼻胃管（鼻にチューブを入れ、そこから栄養剤を入れる）、胃瘻、腸瘻などいくつかの方法があり、患者さんの状態などいろいろな条件から選択されます。

こうした経腸栄養法を選択した時、当然ながら普通の食事をチューブから送り込むことはできませんので「経腸栄養剤」と総称される栄養剤を投与します。これは、身体に必要な栄養素をバランスよく含んだ医療用医薬品です。ほかにも、食品に分類される「濃厚流動食」があります。少量でエネルギーやたんぱく質、ビタミン、ミネラルなどの栄養素が摂取できるように作られているもの、特定の疾患に配慮し栄養素が調整されているものなど、色々な種類があります。

ここで見出しにあるONSとは？という所にもどります。ONSとは「経腸栄養剤を補助的に経口投与すること」を指し、Oral Nutrition Supplementation の頭文字をとってONSと呼びます。「経口投与」とある通り、普通の食事に加えて口から「経腸栄養剤」や「濃厚流動食」を摂取することで、不足している栄養を補おうというものです。

■ONSはどう使用する？

ONSは、食事が十分に摂れない時に栄養不足を最小限にとどめるようにする場合や、特定の栄養素を補う必要がある時に使用します。

元々の持病によって食事が摂れない場合や、体調が悪い、嚥下（食べ物を飲み込み胃へ運ぶ一連の動作）や咀嚼（摂取した食物を噛み砕き細かくすること）に問題がある、食事が欲しいと思えない時などに、食べることのできる量の食事とONSを併用します。

はじめは、食事とONSの割合は同じくらいか、ONSの割合の方が多いくらいにします。その後、食事を摂取できる割合が増えてきたら、ONSを減らして食事の量を増やしていき、最後は、食事だけで目標とする必要栄養量が摂れるようになることを目標にします【図1】。

また、医療機関に入院中であれば、手術の前後、褥瘡（床ずれ）などの創傷がある場合、負荷の大きなリハビリをされている場合など、エネルギー消費が亢進しているときや特定の栄養素の補充が必要とされる場合にも、ONSが利用されることがあります【図2】。

■食事が摂れないと？

何となく想像がつくと思いますが、食事が十分に摂れない状態が続いた場合、「疲れやすくなる」「体調を崩しやすくなる」「活気がなくなる」などの比較的重症ではないように感じる体調の変化が起き、やがて「脱水」「低栄養」などの問題を引き起こしてしまいます。

特に高齢者では、【図3】のような悪循環に陥ることがしばしば見受けられ、最終的には医療機関への入院が必要となることもあります。こういった悪循環を引き起こさないように、食事が十分に摂れなくなった時には、早急な対応が必要となります。

■ONSの種類は？

【表1】のように、大きく医薬品と食品に分けられ、医薬品は医師の処方が必要となり、健康保険が適用されます。

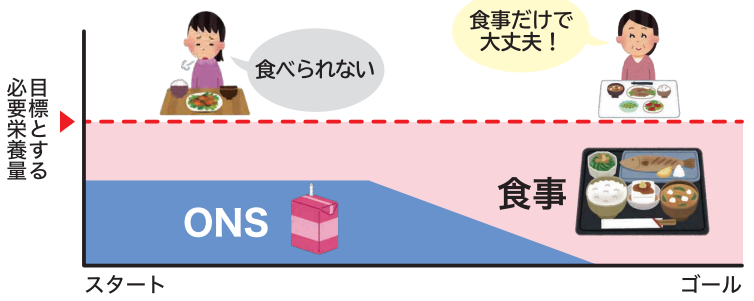
食品に分類される濃厚流動食は、ドラッグストアやインターネットで購入でき、多くの種類が流通しています。元々持病がある場合には、持病に応じて適切なONSを選択する必要がありますので、医師や看護師、管理栄養士などにご相談ください。

■最後に

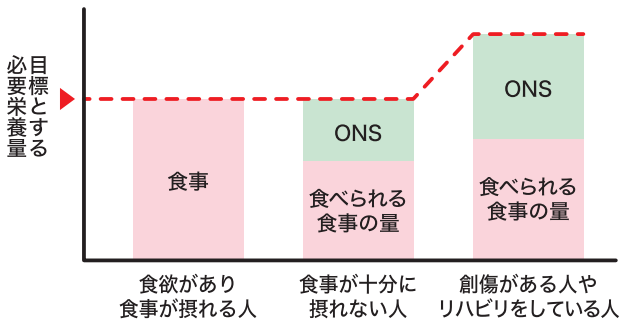
食事が十分に摂れない時、ONSの利用が必要かもしれないと感じることがあるかもしれません。しかし、食事を摂ることができない原因を調べることなども必要ですので、個人でONSの利用を判断せず、まずはかかりつけ医にご相談ください。

〈梶川病院（広島市西区天満町）管理栄養士　石橋 亜由乃〉

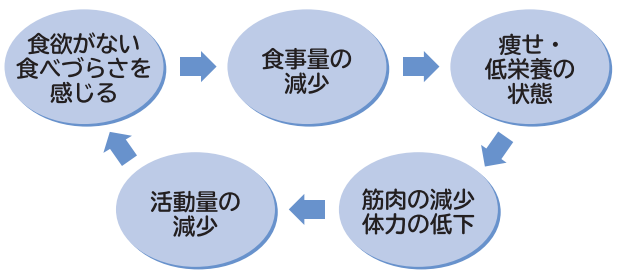
【図1】ONSの使い方



【図2】ONSの利用法



【図3】食事が十分に摂れないことで起こる悪循環



【表1】ONSの種類

		医薬品（経腸栄養剤）	食品（濃厚流動食）
法規		薬機法	食品衛生法など
医師の処方		必要	必要でない
負担	入院時	薬剤費に対する法定負担率	入院時食事療養費
	在宅時	薬剤費に対する法定負担率	全額自己負担
保険		適用される	適用されない
個人購入		不可	可能