

太りたいが太れない

病気をしたときのために、「少し太り気味のほうがいいのかも」と、思っていました。

しかし、精いっぱい食べると、からだにストップをかけるようなのです。

胃もたれを起こしたりして、食を細くしないと、体調が戻らないことが多く、私の場合、太るのが一番難しいといえるのかもしれない。

高熱が続いていた入院直後のこと。

具合が悪いので、食べられるわけがありません。すると、入院して1週間後に、医師、看護師、薬剤師、管理栄養士など、多職種で構成される栄養サポートチームが回診に来てくれました。

患者の栄養状態の改善を目的としていたりとか。残食から計算すると、700kcalほどしかカロリーがとれていない、血中のアルブミン濃度も正常値が5.4以上なのに2.5ほどで、栄養失調状態だと。

「栄養をとってもらいたいので、栄養サポート食品、チーズ、果物、納豆、温泉卵など、お食事につけられますよ」とのこと。CRP (C-reactive protein = 炎症反応) が高いと、アルブミンを体内合成ができにくくなるものの、CRPが下がってくると、状態は改善されることが多いそうです。

入院時の食の理想と現実

入院したことがある人から、病院の食事についてのお話を聞くことがありま

店頭から にんにちは

第135回

入院時の食事に悩む
退院しなければ元気になれない？

腎盂腎炎で入院したとき、実は栄養失調といわれ、ショックを受けました。私は、もともとスリムな体型で、20歳代の体重を維持していたのですが…。

す。「見たことも聞いたこともないような深海魚」、「何の肉だか分からない合成肉」、「バナナは縁が黒くなっていて新鮮ではない」などです。

病院の食事は、患者の状態を見ていないともいえます。

そけい部の動脈から、カテーテルを入れて検査をした後、動脈の止血をするため、腰から縛って圧迫、横になって動けません。その直後に出た食事がうどんともなれば、「どうやって食べるんだ」と。

そうした話を、先の栄養サポートチームの人たちに話してみました。すると、「予算というのがありますからね」とのこと。何時間か後、管理栄養士が1人でベッドサイドに来たのは、何かを感じたからでしょう。

いろいろと、お話をしました。限られた食費の食事では、私のように下がったアルブミンは元に戻りにくい、低脂肪高たんぱくの食事が出れば、弱った患者も、少しは回復するのではないかと云々と。

しかし、理想と現実にはかなり隔たりがあるようです。退院時、師長さんにいわれました。「おうちで美味しいものを食べて、元気になってくださいね」と。

宮川薬局(宮城県仙台市)代表
薬学博士・薬剤師

みやがわとしじ

宮川季士先生

プロフィール

1976(昭和51)年、東北薬科大学(現・東北医科薬科大学)卒業。'78(同53)年、同大学大学院修士課程修了。'87(同62)年、薬学博士学位。地域に根ざしたおクスリ屋さんとして、多くのファンが。「待望の春です。健康を養っていきましょう」

