

原 著

糖尿病の会食指導を通して考えること

長岡中央総合病院、栄養科¹⁾、看護部²⁾、内科³⁾

伊藤 香代子¹⁾、木村 道栄¹⁾、馬場 優子¹⁾、五十嵐 真由美¹⁾
遠藤 良子¹⁾、本館 5階病棟²⁾、八幡 和明³⁾

平成9年12月より入院中の食事を通しての指導は重要であるため、会食指導を開始した。医療スタッフ、患者さんが会食指導をどう考えているか、アンケートを取ることににより会食指導の意義が確認できた。

キーワード：会食指導、食事療法、糖尿病食

緒 言

糖尿病患者さんの栄養指導に際して患者さんと家族に対する個別指導と糖尿病教室での集団指導を行ってきた。しかし、入院中に毎日食べる食事を通しての指導も患者指導には重要である。そこで、当院では入院中の糖尿病患者さんに会食指導を開始した。

目 的

会食指導の目的を確認し、今後の指導に役立たせる。

- 1、糖尿病患者さんが一人で食事するのではなく、皆で話をしながら楽しく食すること
- 2、会話の中ででてくる本音を通してその人の食生活、生活背景などが把握しやすくなり、きめこまかな指導ができること
- 3、医師、看護婦、管理栄養士、調理師、などの医療スタッフも一緒に食べながら糖尿病食を体験しつつ学びあうこと、が上げられる。

対 象 と 方 法

毎週火、水曜日の昼食を栄養指導室にて会食。管理栄養士は当日の献立について説明し、自由な雰囲気の中で患者さんは食習慣、体験、質問など意見交換する。患者さんは自分の指示量のごはんを家庭で使用している茶碗に盛って計量する。スタッフも計量する。

平成13年2月まで、参加述べ人数は2142名、月平均は54名、1回の参加は7名~9名程度である。

結 果

糖尿病食と一緒に食べてどう思うかの問いに管理栄養士は、家庭に近いものを心がけてきたが、質素でかけ離れている。色彩り、ボリューム感など見た目、適温など工夫していきたい。病棟看護婦は、味が薄くまじいと思っていたが、思ったよりおいしかった。一生

続ける食事療法は大変だ。調理師は、味付けの工夫をし、限られた量の中でおいしく調理したい。等の意見があった。

会食に対する意見では、管理栄養士は、特定の人に話題が引く張られると危険、雰囲気が悪くならないように上手に話題提供していく。病棟看護婦は、患者さんと一緒に食べ会話をするだけで有意義だ。調理師は、家庭で使用材料を多く取り入れたい。があった。

会食に参加して意義があるかと答えた者、管理栄養士5名、病棟看護婦11名、わからないと答えた病棟看護婦4名、調理師の反応は乏しかった。全体には好評だったが、一部目的が十分伝わっていないスタッフもいた。

患者アンケート結果は、3分の2が「バランスよく食すること」に、3分の1が「量加減」に難しさを挙げた。一緒に会話しながら食事できることはいい。先生が出席されたことは大変うれしい。テーマがあった方がよい。管理できなかった体験談が聞きたい。等の意見があった。20代、30代では、自分で主食を計量することは「役に立たない」、会話は参考になるか「わからない」、自分の改善すべき点について「考えつかなかった」、会食は「続けるべきか、やめるべきかわからない」と答えている。

考 察

会食指導を通して糖尿病の食事指導の大変さを考える機会を持ち、患者さんから教えられる事が多くあった。患者さんの多くは会食指導に積極的に臨み、参考点で改善点を探ろうとしているが、若い世代で食事療法に対して関心が薄い傾向にあると推測される。患者さんに対して会食について事前の説明も必要と思われる。食事は本来、楽しくあるべきものであると考える。スタッフは、会食は指導の場でなくみんなで同じ食事を食べることに意義があり、会食が指導のきっかけとなれば十分だ、という認識をもって会食に参加していくことが大切だと思う。

結 語

従来ややもすると私たちスタッフは、単に指導するだけ、食べるのはあなた。という一方的な指導に陥りがちだったがこの会食指導は、一緒に糖尿病食を食べることにより、食事療法の大変さ、難しさを理解し、

患者さんの語る事実、たとえば今までの食生活、食事に対する考え方、家族関係、仕事との関わり、などに耳を傾け、双方向的な指導ができるようになった。患者さんの本音、食生活の実際が見える中でその問題点を両者で考え、工夫し、改善することが可能となった。今後も患者指導に役立てていきたい。

英文抄録

Original Article

Thinking through the dining guidance of diabetes mellitus

Nagaoka Central General Hospital, Department of Nutrition 1), Department of Nursing of 5th Floor Ward of Main building 2), and Department of Internal medicine 3)

Kayoko Itou, Michie Kimura, Yuhko Baba, Mayumi

Ikarashi, Ryoko Endo 1), nurses 2), and Kazuaki Yahata 3)

Our staff instructed patients formally such as personnel affairs and we tended to fall into the one-sided guidance. In this study, by eating food for diabetes together, we recognized troubles in meal treatment and tended to listen patients about their previous food life, thought for food, relationship with family and jobs, which brought a good mutual relationship. Because we could understand their true thoughts and real eating habits, it became possible to resolve their problems and improve their conditions. We wanted to make use of it for patient guidance from now on.

Key Words: diabetes mellitus, meal treatment, dining guidance