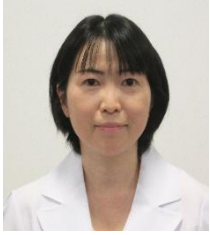
心不全患者さんへ
最適な栄養指導を目指して
長崎みなとメディカルセンター

Voice of Vision

心不全患者さんの生命予後を改善するための取り組み

心不全の再発や再入院を防ぐための、栄養指導と心不全療養指導士の役割

心臓血管内科
診療部長
布廣龍也先生



病態栄養専門
管理栄養士
高瀬智子先生

Q1 心不全療養指導士を目指したきっかけを教えてくだい

当院は理学療養士の方がまず心不全の療養指導士の資格を取得し、その後薬剤師の先生が取得するなど、心不全療養指導士の資格を取得あうることで専門性の高い関わり方をするスタッフが増えてきております。私自身、糖尿病療養指導士や病態栄養専門管理栄養士などの資格を取得しているなか、循環器病棟の患者さんに関わる際に心臓の病態についてもっと深く知りたいと思い、専門性の高い心不全療養指導士の資格取得に励みました。

Q2 心不全療養指導士を取得することでの変化や栄養指導の工夫を教えてください。

患者さんに携わる各医療スタッフの指導のポイントが資格取得の勉強を通してわかるようになりました。心不全の療養では薬剤が重要視されていますが、なぜその薬剤を内服しているのかなどを検査データを見ただけではわからないことがありました。心不全の病態を知ることで、例えばナトリウムの値が低いので食事でナトリウムの摂取を促せばいいというものではなく、その患者さんの病態全体を見たうえで食事のバランス調整し栄養指導に取り入れることができるようになりました。
高齢者になると、減塩指導は食欲衰退からフレイルに繋がる危険性を秘めています。減塩食で食事が進んでいない方には常食を提供し、提供量を調整することで塩分摂取量を減らすなど、ご自宅に戻ってからも継続できる栄養指導を心がけています。食事はご家族の方の協力も必要なので、ご家族にも説明することで理解を深めることに努めています。

Q3 栄養士として心がけていることを教えてください。

食べるということは生きていくうえでとても大切なこと。食べたい度合いが制限できないと過剰摂取となり病気の発症に繋がりますが、食が細かったり、食べる量が少ないことも低栄養やフレイルに繋がるため、そのバランスを見極めることが難しいです。
その人にとって最適な栄養サポートをすることが私たち栄養士の役割なので、より良い療養生活の支援ができるよう心がけています。

2025年 9月作成