



西新潟中央病院

## NST NEWS 第52号

NST: Nutrition Support Team

発行日：2018年7月3日

担当：NST委員会

編集：栄養管理室

連絡先：内線1304

### NSTミニレクチャー第19回 ～COPDのお話し～

月に1度の栄養の勉強、NSTミニレクチャーのコーナーです。

5月12日(土)に、西新潟中央病院呼吸器センター主催の「第49回市民講演会 COPD (慢性閉塞性肺疾患)をめぐって」が開催されました。講演会の内容と合わせてCOPDについてお話しさせていただきます。

#### 1. 市民講演会内容について

「肺の生活習慣病COPD」 呼吸器内科医師 松山 菜穂  
「知ってほしい、COPDと運動のはなし」理学療法士 長谷川 雄司  
「知ってほしい、COPDと栄養のはなし」管理栄養士 高橋 正弥

第1部ではCOPDの症状や主原因となるタバコについてや薬物療法等を、肺の実際の写真を交えながらわかりやすく説明されました。

続く第2・3部では、「筋肉を呼び起こす運動・筋肉をサポートする栄養」をテーマにCOPDにおける筋肉の役割や必要性、運動・歩くことの重要性、COPDにおいて何故「栄養」が重要なのか、必要栄養量・食事の摂り方、栄養と筋肉との関わりについて講演しました。

当日は、会場に多くの地域の皆さんが訪れ、メモを取り、頷きながら話を聞く姿に関心の高さが伺えました。



#### 2. COPDと栄養介入について

COPD患者さんは消費エネルギーの上昇が知られています。患者さんの約70%は標準体重より10%以上の体重減少が見られており、この体重減少は予後に悪影響を及ぼす事も知られています。しかし、入院・外来呼吸器リハを実施している患者さんに対しての栄養介入率は低く、低栄養や体重減少が起こっている患者さんがいるにも関わらず、介入できていない現状です。運動と栄養のバランスを維持しリハビリテーションをより効果的なものにするためにも、当院管理栄養士へ積極的に御相談ください。

(文責: 栄養管理室 高橋 正哉)

#### 編集後記

COPDの患者さんは高いエネルギー摂取量が必要となりますが、食事の際に呼吸困難感を伴い食事摂取量が減少することも少なくありません。また、十分なエネルギーとたんぱく質が供給されていない状態でリハビリを行っても筋たんぱく質の保持は期待できず、患者さんの体重減少が進んでしまいます。今回、市民講演会に参加してCOPDの患者さんに必要な「栄養」と「運動」について再確認することができました。ご講演された先生方、お疲れ様でした。

《栄養管理室 曾我》