

# NST 通信

## ◆委員会

2月16日(木) 16時00分～ 研修室

◇論文発表:HCU

## ◆研修会「NST まめ知識講座」

2月16日(木) 17時40分～ 大会議室

「感染管理と栄養」

◇講師:感染管理認定看護師 代畑 光教



NST 通信では各部署の NST 委員の方に記事担当をお願いしてトピックスなどを紹介しています。今月は **4E 病棟** の担当です。

## 嚥下困難のある患者の水分摂取時のトロミについて



当院言語聴覚士の指導の下、昨年12月に水分摂取時のとろみの付け方について統一化を図りました「日本摂食嚥下リハビリテーション学会 嚥下調整食分類 2021」に基づき、「薄いとろみ」・「中間のとろみ」・「濃いとろみ」の3段階で調整しています。

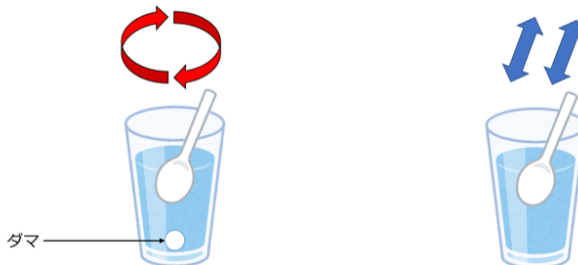
### 学会分類 2021(とろみ)



言語聴覚士と相談して、患者さんの嚥下状態に合わせたとろみに調整していきましょう。

### お茶のとろみの正しい付け方

- ①とろみ剤をお茶の入ったコップに**一気に**入れ、すぐにスプーン等で**10秒程度前後**にかき混ぜる。(下図参照)
- ②とろみが安定するまで**数分間置く**。
- ③**均一**にとろみが付いているか確認し、**ダマ**ができてしまったら取り除く。



ぐるぐると円状に混ぜるだけだと  
中心にダマができやすい

前後方向の混ぜも加えると  
ダマが出来にくい



昨年度新たに **11名**の方が院内認定 **NST 専門療法士**を取得、**1名**の方が更新されました。

今月は **N2 病棟**看護師1名、**N3 病棟**看護師1名の紹介です。



## N2



### ★ご自身の健康管理で気をつけていることは？

12月から『あすけん』という体重と食事を記録するアプリを始めました。一日の摂取カロリーが適正だったり体重が減ったりすると、みらいさんというキャラが褒めてくれるのでモチベーションが上がります。

### ★認定取得にあたり意気込みをお願いします！

私自身、食べる事が大好きなので、栄養のことに興味があり NST の勉強をしましたが、奥が深いことを痛感しました。もっと知識をつけて少しずつ貢献できるように頑張りたいです。

## N3



### ★ご自身の健康管理で気をつけていることは？

- ・塩分を控えている
- ・体重が増えているか意識する(毎朝体重計に乗ってるだけですが..笑)。
- ・実家の畑の新鮮な野菜を摂取する

### ★認定取得にあたり意気込みをお願いします！

患者様の食事に関する悩みや、意見をコミュニケーションを通じて聞いて行きたいと思います。栄養に関して、患者様に貢献できるように、知識を付けて行きたいです。