

第4回目は2016年11月29日に管理栄養士により、「高血圧症の栄養指導～症例を通して～」について学習会を行いました。

心臓リハビリテーションは包括的な予防プログラムです。

管理栄養士を講師に迎え「高血圧症の栄養指導～症例を通して～」について学習しました。高血圧は、30歳以上の日本人男性の60%、女性の45%が高血圧と判定されており、有病者数は約4300万人と試算されております。EPOCH-JAPANからの試算では、全心血管病死亡の50%、脳卒中死亡の52%、冠動脈疾患死亡の59%が、至適血圧を超える血圧高値に起因する死亡と評価され、心血管病（脳卒中および心疾患）の最大の危険因子です。

服薬や運動療法にて降圧を目指しますが、食生活の改善も重要な治療のひとつです。

管理栄養士以外の職種でも病院・在宅関わらず、積極的に栄養指導に関わっていくことが重要です。今回は、症例を通して、栄養指導を行う上でのヒントを教えてくれるような内容となっていました。

学習会の様子



【参加者の感想】

管理栄養士；とてもわかりやすい資料と説明でした。

理学療法士；減塩・減量・運動が大変重要だと再認識した。管理栄養士と理学・作業療法士がより連携する事で、高血圧症の予防・改善ができ、循環器疾患の一次・二次予防の効果が高まるので、積極的に関わっていきたい。

作業療法士；入院患者様のご家族で、「病院にいるうちはいいけど、家で毎日作るの大変」とおっしゃっているのを聞いたことがあります。具体的なご家族への指導の内容も気になりました。私自身も減塩食を心がけていきたいです。

臨床検査技師；減塩について考える良いきっかけとなりました。

今まで以上に患者様の栄養・食事面でのアドバイスや多職種での関わり等積極的に行いたいとの意見も多く、実りある学習会となったようです。

【学習会講師を担当してみて】

今回他職種の方々に栄養士の実際の業務について、減塩と一口に言ってもどのように行うかなど知ってもらう良い機会となりました。患者様とお話しをして食事療法の方法と一緒に考えますが、リハビリや看護などより近い距離で接している他職種の方々にも興味をもってもらうことで患者様の意欲の向上や継続につながるのではないかと今回の学習会を通して思いました。