

アセスメントに基づいた被災地における栄養支援

目次

推薦のことば

■ 序文 はじめの一步

-
- 1 求められている支援** 1
- 1 避難所における食事の調達 1
 - 2 在宅、仮設住宅における食事の調達 4
 - 3 栄養管理（健康支援） 5
-
- 2 栄養素、摂取量把握の基本** 6
- 1 簡単な栄養素等量の把握方法 6
 - 2 予定献立、調理現場、食品倉庫、配食時などでの確認内容と留意点 9
-
- 3 栄養アセスメントの方法と記録** 11
- 1 面談時に注意すること 11
 - 2 アセスメントで行うこと 13
 - 3 ケアプラン 15
 - 4 栄養記録のとり方 19
-
- 4 年代別栄養問題の考え方** 23
- 1 乳児期 23
 - 2 幼児期 26
 - 3 学童期 26
 - 4 思春期 27
 - 5 成人期－社会活動の中心時期－ 28
 - 6 妊産授乳期 29
 - 7 高齢期 30

5 よくある症例への対応

31

- 1 下痢が続く 31
- 2-1 乳児（離乳期）の便秘 33
- 2-2 高齢者の便秘－被災後、重症化－ 34
- 3 食欲低下 35
- 4-1 中学・高校生の立ちくらみ 37
- 4-2 成人の立ちくらみ 38
- 5 女性の鉄欠乏性貧血 39
- 6 女性の冷え性－被災後、手足が冷える－ 40
- 7 重い疲労感・倦怠感 41
- 8 目の疲れ 42
- 9 口内炎 43
- 10 症状が重い肌荒れ 44
- 11 手足のしびれ 45
- 12 足のむくみ 46
- 13 味覚異常（あまり味を感じない） 47
- 14 抜け毛 48
- 15 歯の損失（噛み合わない、硬いものが食べられない） 49
- 16 むせ込み（誤嚥） 50

6 サプリメント（栄養補助食品）、濃厚流動製品の使い方 54

- 1 栄養素等の過不足の推測 54
- 2 被災地での栄養バランスの整え方 55
- 3 ビタミン・ミネラルのサプリメントを勧めるときの注意 55
- 4 在宅・避難所訪問指導時の必須持参食品 74
- 5 食事摂取基準 80

7 慢性疾患をもっている方への対応

82

- 1 血圧上昇 82
- 2-1 糖尿病（2型） 84
- 2-2 糖尿病（インスリン使用） 86
- 3 糖尿病性腎症 87
- 4 慢性腎臓病 88
- 5 透析 89
- 6 ワルファリン服用 90
- 7 褥瘡 91
- 8 経腸栄養 93
- 検査基準値と読み方 102

8 フォローアップ 104

- 1 避難所 104
- 2 在宅 105
- 3 仮設住宅 105

9 炊き出しの支援 106

- 1 基本のメニュー 106
- 2 献立作成上の留意点 106
- 3 調理の際の留意点 107
- 4 配食時の留意点 107
- 5 衛生管理上の観点からの留意点 108
- 6 その他 108
- 献立例 111

10 衛生管理 136

- 1 食中毒予防の3原則 136
- 2 水の確保 138
- 3 調理施設 138
- 4 調理器具 138
- 5 食器 139
- 6 食品の取り扱い 139

11 他のスタッフ、チームとの協働 141

- 1 地元行政機関との協働 141
- 2 医療チームとの協働 142
- 3 管理栄養士、栄養士間の協働 143

索引 145

囲み記事

専門職としてのボランティアの心得 5

聞き取りのコツ 12

訪問先での栄養支援 140