

栄養科だより

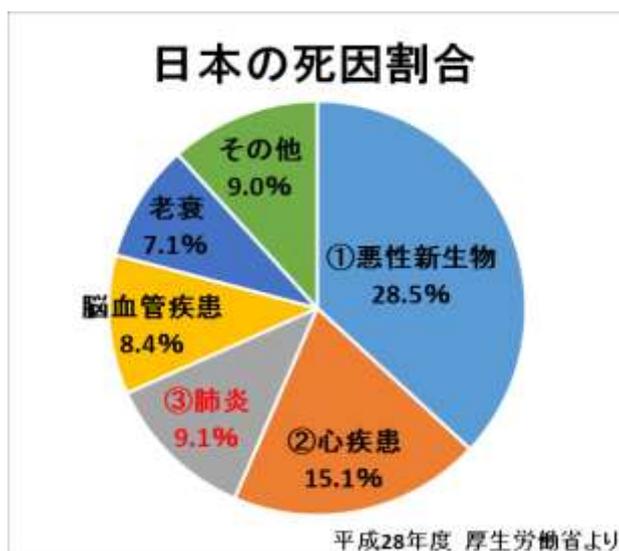
10月

2018年10月号

『危険な暑さ』は過ぎ去り、これから爽やかな気候がやってきますが季節の変わり目 体調管理には気を付けていきましょう！

今回のテーマは「肺炎」についてです。

○日本人の死因第3位！ 今増えている肺炎の恐怖・・・



これまで長い間『悪性新生物(がん)』『心疾患(心筋梗塞など)』『脳血管疾患(脳卒中など)』が日本の3大死因と言われてきました。しかし、近年では脳血管疾患による死亡数が医療技術の進歩などで年々減少する一方、肺炎による死亡数は増加しており平成23年には順位が逆転し4位と僅差ながらも肺炎が日本人の3大死因の1つとなってしまいました。

肺炎は、細菌などの感染から肺が炎症し、高い発熱、咳・痰が続く、胸痛や息苦しさなど様々な症状が引き起こされる病気です。

高齢化率の上昇、高齢者は肺炎にかかりやすい・重症化しやすく死に至りやすい点に関係しているため、今後患者数はさらに増えるともいわれています。

○食事提供による肺炎予防！

肺炎になる原因、食事に関わる場所では、

- ①口腔にのこった食べ物(残渣)により細菌が増殖、その細菌が肺へ、肺が炎症。
 - ②食べ物・水分が食道でなく誤って気管内に入り肺へ、そこに菌が繁殖して炎症。
- という大きく2パターンがあります。



そのため、食事提供においては、『残渣が残らない食事工夫・食事づくり』

『飲み込む機能が低下した方でも安全に食道へ食べ物がパサつかず、バラけず、はりつかず、離水せずにまとまり流れていく工夫・調整』をやっていかなければなりません！

医療の世界は日々進歩しています、それに伴い栄養・給食のありかたも日々めまぐるしく変わっています。

材料の大きさから、火の入れ具合、トロミ調整の程度などの指示・工程を日々皆で確認し、いつ何時でも品質が統一された、安全な食事の提供をしていきましょう！

