

こんにちは！ NST です

NST 細田 佳江

NST とは、**Nutrition Support Team (栄養サポートチーム)** の略で、**栄養改善のための多職種チーム**です。

医師2名、看護師6名、薬剤師1名、管理栄養士1名、臨床検査技師1名、言語聴覚士1名、理学療法士2名が毎週火曜日に集まって対象患者の回診をしています。この中で、4名がNST専門療法士の資格を持っており、今後さらに増える予定です。

では、NST とは何を行っているチームでしょうか。

まず、患者様の低栄養を評価するために、身長、体重を調べ、回診日には**腹囲、握力、上腕周囲長（腕周り）、下腿周囲長（ふくらはぎ周り）**を測定します。体重からは体格を表す指数BMIと体重減少率が、腹囲、握力、上腕周囲長、下腿周囲長からはサルコペニアかどうかわかります。

サルコペニアとは、筋肉量の減少と呼ばれる病態です。

サルコペニアになると、生活の質が低下したり、なかなか病気が治癒せず、入院が長引いてしまったりします。最近では、飲み込むための筋肉量の低下、嚥下サルコペニアというの也被られるようになってきました。全身の筋肉量の低下が、栄養状態の低下につながるがあります。

これらの結果と、血液検査の結果や日頃の食事摂取量などのデータを毎週持ち寄って、栄養状態の改善にむけて必要なエネルギー量や蛋白質量を相談したり、褥瘡や創傷治癒に効果的な栄養剤について話し合ったりします。

以下のような患者様が、NST の対象です。

- 血液検査で栄養状態が悪い（総蛋白、アルブミン、鉄、亜鉛などの低下）
- 何もしていないのに体重がすごく減ってしまった
- 食事の量が減ってきて、半分も食べられない
- 抗がん剤の影響で今後食べられなくなりそう
- 経管栄養ではなく口から食べられるようにしたい
- 栄養状態が悪くて褥瘡の治りが悪い など



患者様がよりよい入院生活を送れるよう、チーム一丸となって取り組んでいます。

