

② 症例別 服薬指導に役立つポイント

1 2 3 4

食事や栄養の観点を交えた服薬指導のポイントについて、症例を8つピックアップし、紹介いたします。食事・栄養の知識など、薬剤師が押さえておきたいポイントについては、書籍『プラスαの服薬指導に活かす！食事と栄養 疾患別 132の疑問に答えます』（株式会社羊土社）を参考にしながら、解説しています。

ケース1 食欲が低下している高齢の患者さま



ポイント

- ✓ 低栄養状態は、さまざまな体の不調を起こす原因になるため、食事に関する聞き取りから個々に合わせて適切にアドバイス

加齢とともに胃腸機能が衰え、食事が減り低栄養の状態となると、サルコペニアが進行し、フレイルに陥り、やがては要介護状態になってしまいます。

食欲が低下している患者さまに対しては、食事の回数や内容なども確認することが大切です。たとえば、「食事はとれていますか。なにも食べてから寝ていたり、食事減りや食欲不振がないか確認しましょう。

食欲がない患者さまに対しては、時間や回数にとらわれずに無理のない程度で食べられるものを見つけてみることで、途中で一緒に食事をするなど食べやすい環境を整えてみることも効果的です。

食事で栄養の摂取が難しい場合は、ゼリータイプやドリンクタイプなど様々な形状と味が楽しめる栄養補助食品から、患者さまの好みに合わせてなるべく栄養価の高いものを一緒に提供できるようにしましょう。味の良さを、パッケージの栄養成分表やアミノ酸バランスの表に注目することができます。

味の嗜好や飲み方の工夫に関する情報提供も効果的に行いましょう。

【参考文献】
日本薬剤師会編『薬/アミノ酸の服薬指導に活かす！食事と栄養 疾患別132の疑問に答えます』、株式会社羊土社、2022年、224-227



ケース2 虚血性心疾患の患者さま



ポイント

- ☑ 塩分の摂りすぎは動脈硬化の進行に繋がります。心臓にかかる負担も大きくなるため、塩分を減らすように食事内容を指導

塩分が摂りすぎると、高血圧や心臓が引っ張られる状態となり、心臓の血管の動脈硬化が進行すると、狭心症や心筋梗塞などの虚血性心疾患を引き起こしやすくなります。

虚血性心疾患の患者さまへの食事・栄養指導は、動脈硬化の予防として、塩分や塩分の摂取量を減らす、摂取カロリーのコントロールするといった指導を重視した指導が中心となります。

塩分の摂取量は、一日に6g未満と定められていますが、年齢や塩分摂取量によって食事減りが難しく、塩分減りに悩むリスクが高まるため注意が必要です。

調味料がからんだ漬物や、加工肉料理など、塩を多く含ませた料理はなるべく避け、調味料はつけて食べるようにするなどで無理なく減塩できる方法を指導しましょう。

食事が取れていないなど塩分摂取のリスクがある場合は、医師に栄養剤を処方してもらい、あるいは薬剤でも提供している錠剤タイプの栄養補助食品からも摂取する選択肢もあります。

【参考文献】
日本薬剤師会編『薬/アミノ酸の服薬指導に活かす！食事と栄養 疾患別132の疑問に答えます』、株式会社羊土社、2022年、228

