

食事調整シート 使用の手引き

平成 29 年 2 月

がん病態味覚研究会

【はじめに】

1. 食事調整シート作成の背景

がん患者は多様な要因によって食欲低下が起こります。そのためがん患者の栄養管理においては、病態や栄養状態はもとより、経口摂取を阻害するさまざまな治療の副作用症状を総合的に考慮して、食事の風味、物性、量・頻度等の調整を行い、食事をおいしく食べやすく調整することが必要となります。

しかし現状では、がん患者への『食事の困りごと』の聞き取りにおいて『今の嗜好』に関する断片的な聞き取りが行われるケースが少なくありません。

そこで「患者の経口摂取に係わる身体機能の状態に最も適した自施設内の食事内容の種類を選定」できるよう、食事調整を行う際に用いることができる、患者への『食事の困りごと』の聞き取り及びその結果に基づいた食事調整のためのシートを作成しました。

2. 本書手引書のねらい

本手引書は、がん治療に伴う食事摂取量を低下させるにさまざまな要因に対して、包括的な聞き取りを行い、調整すべき項目を明確化することで適切な食事調整ができるようになっていきます。自施設の食種から最適なものを選定する際に活用していただくことを目的としています

食事調整シート

- 「何が食べたいか」「何が食べたくないか」のような『今の嗜好』に関する断片的な聞き取りではなく、「おいしくなくなった」「食べられなくなった」理由の聞き取りフォーマット
- 個々の症状の有無と経口摂取阻害への寄与順の聞き取りが可能
- 患者の主観を取り入れて食事調整で重視すべき点の絞り込みが可能
- 聞き取り結果から食事量、形態、味・風味、禁止食品、配膳の各項目の対応内容の整理
- 自施設の食種から最適なものの選定が可能

【食事調整シートの概要】

② 事前情報収集

聞き取り前に診療録から治療や食事に関するリスクを書き出します

④ 症状の整理

症状の有無と優先度を考えましょう。優先度が高いものが複数になることもあります

③ 患者の訴え

さあ、患者さんから話を聞きましょう

日付： _____ 担当： _____
 病棟： _____ 患者： _____

有無	症状	優先度 ◎○△
	食欲なし	
	吐き気	
	おう吐	
	便秘	
	下痢	
	すぐに満腹になる	
	味がおかしい、ない	
	においが嫌、しない	
	歯に付着がある	
	口の中が痛い	
	口が渾く	
	飲み込みにくい	
	痛みがある	
	その他①	
	その他②	

現在の食事内容・摂取量・食事に伴うリスクなど

調整項目 | 内容

調整項目	内容
量	
形態	
味・風味	
禁止食品	
配膳の工夫	
その他	

調整後の食事指示内容

メモ

＜聞き取りのヒント＞
 ✓お食事はおいしく食べられていますか？
 ・ 食欲
 ・ 量
 ・ 硬さ
 ・ 噛める
 ・ 飲み込める
 ・ おなかの具合
 ・ 味
 ・ におい
 ・ 食べにくいもの
 etc

③ a

聞き取りの参考に！

⑤ 食事調整項目の整理

項目ごとに対応の整理をします

① 対応食種

まず最初に、各施設で用意している食事の種類を記載します

⑥ 食事対応決定

決定した食事対応を記載します。調整後も摂取状況や病態の変化などに応じて宜食事調整を行います

：事前の準備

：聞き取り時

【つかいかた】

1. 自施設で用意している食事を記載します。

日付: _____ 担当者: _____
 病棟: _____ 患者: _____

S:

現在の食事内容・摂取量・ 食事に関するリスクなど	有無	症状	優先度 ◎○△
		食欲なし	
		吐き気	
		おう吐	
		便秘	
		下痢	
		すぐに満腹になる	
		味がおかしい、 ない	
		においが嫌、 しるい	
		歯に付着がある	
		口の中が痛い	
		口が渇く	
		飲み込みにくい	
		痛みがある	
		その他①	
		その他②	
		メモ	

調整項目	内容
量	
形態	
味・風味	
禁止食品	
配膳の工夫	
その他	

調整後の食事指示内容

メモ

＜聞き取りのヒント＞
 お食事はおいしく食べられていますか？
 ・ 食欲
 ・ 量
 ・ 硬さ
 ・ 噛める
 ・ 飲み込める
 ・ おなかの具合
 ・ 味
 ・ におい
 ・ 食べにくいもの
 etc

食事の種類为例

- ・ 量が少ない食事 (ハーフ食など)
- ・ 少量頻回食 (消化管術後食など)
- ・ やわらかい食事 (分粥食, きざみ, ペーストなど)
- ・ 刺激 (酸味・辛味, 付着性など) の少ない食事 (口腔食など)
- ・ 味付けを調整した食事 (薄味対応, 個々で調整)
- ・ “さっぱり” が食べやすい方向への対応 (果物, ゼリー類付加など)
- ・ 普通食では食欲が湧かない方向への食事 (食欲不振食)
- ・ ごはんがすすまない方の食事 (主食 (パン・麺など) 対応)
- ・ 姿勢を保持することが困難な場合の食事 (フォーク食)
- ・ においが気になる方の対応 (冷配膳, 磁器食器, ふた有(無))

2. 現状の確認を行います。

日付： _____ 担当者： _____
 病棟： _____ 患者： _____

現在の食事内容・摂取量・食事に関するリスクなど

有無	症状	優先度 ◎○△
	食欲なし	
	吐き気	
	おう吐	
	便秘	
	下痢	
	すぐに満腹になる	
	味がおかしい、ない	
	においが嫌、しない	
	歯に付着がある	
	口の中が痛い	
	口が渾く	
	飲み込みにくい	
	痛みがある	
	その他①	
	その他②	

<聞き取りのヒント>
 ✓お食事はおいしく食べられていますか？

- ・ 食欲
- ・ 量
- ・ 硬さ
- ・ 噛める
- ・ 飲み込める
- ・ おなかの具合
- ・ 味
- ・ におい
- ・ 食べにくいもの
- etc

S: _____

調整項目	内容
量	
形態	
味・風味	
禁止食品	
配膳の工夫	
その他	

A
B
C
D
E
F
G
H
I
J
K
L

調整後の食事指示内容

メモ

診療録を確認し、現在の食事内容・摂取量・食事に関するリスクなどを記載します。

3. 実際に患者さんのところへ行きます。

<聞き取りのヒント> をご参考 下さい。

✓お食事はおいしく食べられていますか？

- ・ 食欲
- ・ 量
- ・ 硬さ
- ・ 噛める
- ・ 飲み込める
- ・ おなかの具合
- ・ 味
- ・ におい
- ・ 食べにくいもの
- etc

4. 患者さんと面談しながら、訴えや症状、対応方法を記載していきます。

日付： _____ 担当者： _____
 病棟： _____ 患者： _____

現在の食事内容・摂取量・食事に関するリスクなど

有無	症状	優先度 ◎○△
	食欲なし	
	吐き気	
	おう吐	
	便秘	
	下痢	
	すぐに満腹になる	
	味がおかしい、ない	
	においが嫌、しない	
	歯に付着がある	
	口の中が痛い	
	口が渇く	
	飲み込みにくい	
	痛みがある	
	その他①	
	その他②	

メモ

S:

調整項目

調整項目	内容
量	
形態	
味・風味	③
禁止食品	
配膳の工夫	
その他	

A
B
C
D
E
F
G
H
I
J
K
L

調整後の食事指示内容

① ② ③ ④

<聞き取りのヒント>
 ✓お食事はおいしく食べられていますか？
 ・ 食欲
 ・ 量
 ・ 硬さ
 ・ 噛める
 ・ 飲み込める
 ・ おなかの具合
 ・ 味
 ・ におい
 ・ 食べにくいもの
 etc

- ① 患者さんの訴えを「S」に記載します
- ② 症状の有無と、対応の優先度を記載します。
優先度が高いものは複数となることもあります。
- ③ 聞き取った内容から、調整項目を記載します。
- ④ 自施設の食事の種類を考え合わせ、食事対応内容を記載します。

この際、下記のことを留意します。

- ① 目標と優先順位を決める
- ② 栄養処方や基本方針を決定する
- ③ 科学的根拠に基づく
- ④ 行動介入、栄養介入を開始する
- ⑤ 栄養介入の方法・内容を対象者のニーズ、栄養状態の診断、価値観と適合させる
- ⑥ 実行行程を決定する際には多くの選択肢の中から選ぶ（押し付けない）
- ⑦ ケアに要する時間と頻度（対象者の負担）を明確にする

参考： 日本病態栄養学会（編）：がん栄養療法ガイドブック．第1版，2015，p101

5. 調整後の食事について、シートの内容を参照しながら、診療録に記載します。

その後、摂取状況や病態などの変化に応じ、シートを用いて適宜、食事調整を行っていきます。

【参考資料など】

「食事調整シート」開発に関する研究は以下の論文を参照ください。

がんの栄養管理における「おいしく食べる機能」の障害への対応～食事調整アセスメントシートの開発.

鈴木知子¹⁾, 河合美佐子²⁾, 宮内眞弓¹⁾, 松原弘樹³⁾, 須永将広⁴⁾, 阿部寛子¹⁾, 青木律子¹⁾, 堂谷知香子⁵⁾, 桑原節子⁶⁾

¹⁾国立がん研究センター中央病院栄養管理室, ²⁾味の素株式会社イノベーション研究所, ³⁾船橋市立医療センター医療技術部栄養管理室, ⁴⁾国立病院機構横浜医療センター栄養管理室, ⁵⁾国立がん研究センター中央病院精神腫瘍科, ⁶⁾淑徳大学看護栄養学部
日本病態栄養学会誌 **19** (4): 441 - 449 (2016)

「食事調整シート」を用いた学術論文等を発表する際は、上記の論文を引用してください。

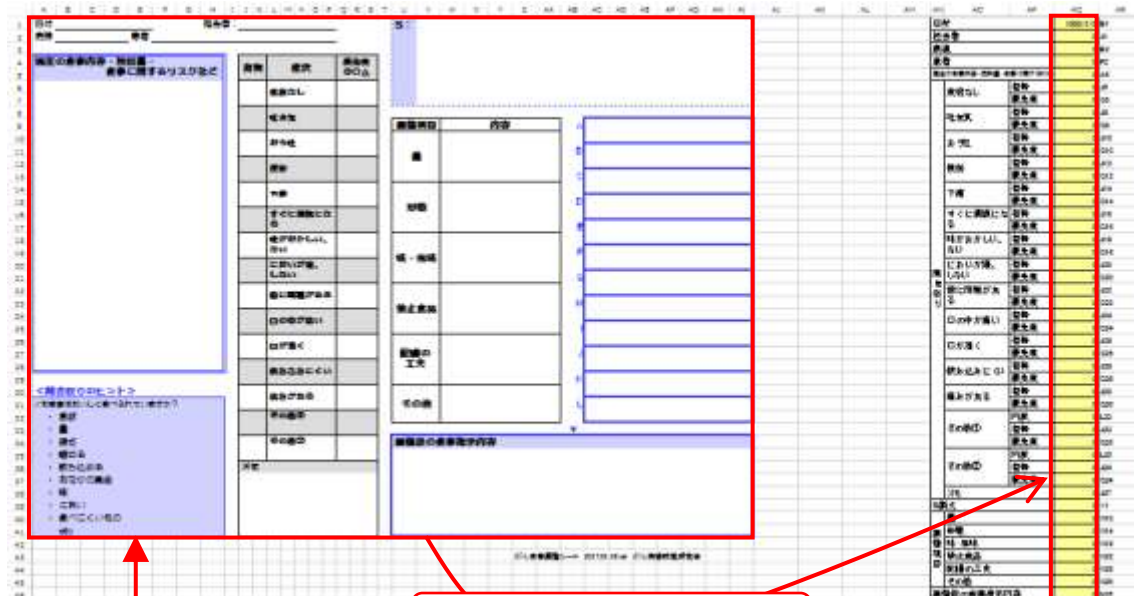
【エクセル版「食事調整シート」について】

エクセル版「食事調整シート」を用意しました。シートをプリントアウトして手書き入力はもちろんできますが、シートにタイピング入力すると入力内容がAQ列に転載されるので、これをコピー&ペーストしてまとめたりすることができます。



- ★食事調整シート_テンプレート： このシートをコピーしてお使いください
- ★エクスポート用フォーム： 食事調整シート入力データを転記するためのシート
- 食事調整シート(確認)： 転記データのセルがずれた時修正する際の参考 (セル番号)
- 食事調整シート(説明)： 食事調整シートの使い方
- 食事調整シート記入例： 食事調整シート記入例
- エクスポート用フォーム記入例： 「食事調整シート記入例」内容を転載した例

★食事調整シート_テンプレートと★エクスポート用フォームの使用方法



入力項目がAQ列に自動転載

★食事調整シート_テンプレート
入力範囲 (印刷範囲もこの範囲)

★エクスポート用フォームに
コピー&ペースト