

モヤモヤ解消! 栄養療法に もっと強くなる

病状に合わせて効果的に続けるためのおいしい話



Contents

はじめに	3
------------	---

第1章 入院した人を目の前にして何を考えるか

1. 栄養療法とは何か	10
2. 身長と体重を把握する	14
3. 炎症が栄養状態を悪くする!?	19
4. 栄養と入院時の診断名との関係	24
5. 悪液質を理解する	28
6. 侵襲を理解する	34
● 章末問題	42

第2章 飢餓と栄養療法

1. ヒトはなぜ食べるのか	47
2. 食べないとどうなりますか ~空腹と飢餓~	56
3. カラダが血糖値を保つ仕組み	63
4. 病院における低栄養の解決が難しい理由	73
● 章末問題	82

第3章 ストレスと栄養状態

1. ストレス反応を理解する	87
2. ホルモンと代謝のまとめ	98
3. ICU衰弱という概念	105
● 章末問題	110

第4章 栄養療法が患者さんの負担になるとき

1. 栄養ストレスという考え方	114
2. 臓器不全には要注意	126
● 章末問題	137

第5章 栄養療法がうまく行っているか評価する

1. 血液・尿検査の見かた, 考え方	142
2. 体組成の変化を評価する	156
3. 投与経路の見直し方	165
● 章末問題	176

第6章 栄養療法の実践 ～育てた栄養アタマを活かす!

1. 食欲不振と体重減少をみたらどうするか	180
2. 高血糖への対応	190
3. 栄養療法は運動とセット!?! ～カラダを動かすことの大切さ～	203
4. 退院後の栄養について考える	209
● 章末問題	218

番外編

栄養療法のための生化学	222
● 付録 自分の栄養療法をパワーアップするための参考文献たち	236
● 索引	244

Column

① この50年間で39億部売れている聖書	46
② 打ちやすいボールを投げてくれない現実の患者さんたち	86
③ あまりに難解な栄養療法の成書，論文たち	141
④ ヒトのカラダの仕組みが文章で説明しにくい3つの理由	179
⑤ 改めて考えるべき問い	243

● 本書の登場人物



レジデント：以前は研修医として栄養療法の実践に悪戦苦闘していたが、今では卒後5年目となり、レジデントとして活躍している。栄養療法に関する経験が増えてきたものの、うまく行かないことが多く、伸び悩んでいる。



しみず：10年目の内科医。専門は糖尿病。病院の栄養療法がなぜうまくいかないのか、色々な角度から分析を進めている。改めて基礎医学を勉強することで、栄養療法を行うためのヒントを得ようとしている。