A person wearing a white long-sleeved shirt and a white hat is shown from the back, with their arms raised and hands clasped together above their head. The background is a clear, bright blue sky. The person's shadow is cast on their shirt.

リハ栄養から アプローチする サルコペニア バイブル

第1章⑤ リハ栄養診断

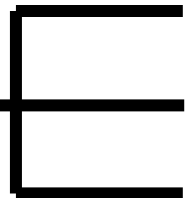
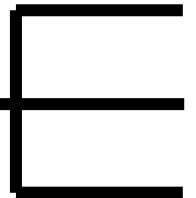
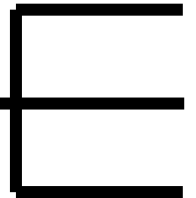
リハ栄養診断の項目

リハ栄養診断

栄養障害

サルコペニア

栄養素摂取量の過不足



栄養障害

サルコペニア

栄養素摂取量の過不足

低栄養

低栄養のリスク状態

栄養素の不足状態

過栄養

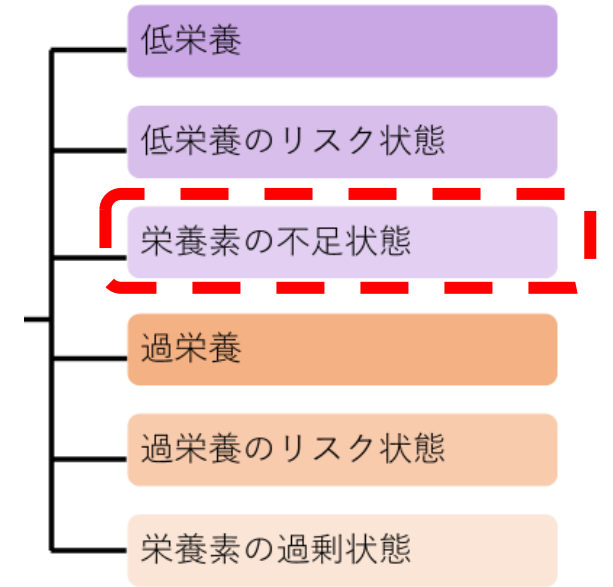
過栄養のリスク状態

栄養素の過剰状態

栄養素の不足状態

定義

- 1つまたは複数の栄養素が体内に不足している状態、または欠乏症状がみられる状態。
- 3大栄養素である、蛋白、脂質、炭水化物の不足はもちろん、ビタミン、ミネラルが不足している状態も含まれる。



栄養素の不足状態

原因

1. 食事摂取量不足
2. 需要量増加

長期にわたり異化亢進が起こる疾患や**消耗性疾患**、下痢や消化管の**吸収障害**。

また、不随意運動や機能訓練による**エネルギー消費の増加**。

3. 疾患

胃切除後の鉄分、ビタミンB12の吸収障害。

低栄養

低栄養のリスク状態

栄養素の不足状態

過栄養

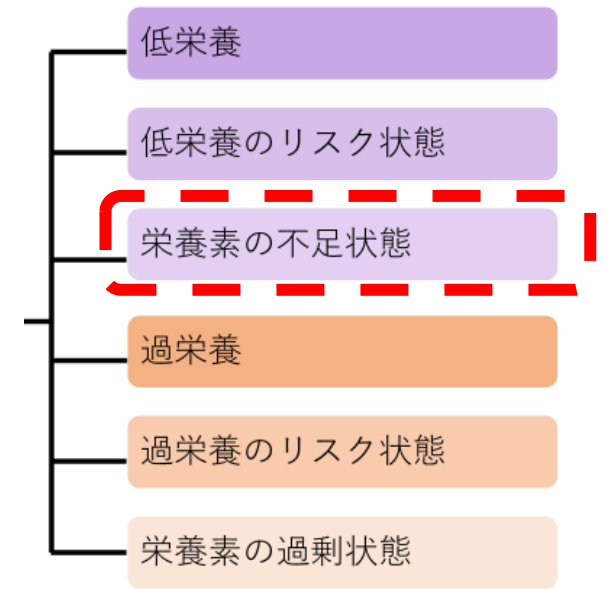
過栄養のリスク状態

栄養素の過剰状態

栄養素の不足状態

判断基準

- 栄養素の不足状態では、血中濃度の低下や栄養素の欠乏状態が認められる。
- 臨床検査データを栄養素の不足状態の指標とする。
- ただし、脱水が起こると、血中濃度が高くなるため、数値は正常範囲内でも欠乏症状を認める事がある。



蛋白質の評価

→BIAやDXAでも出来るが機器が必要。

上腕周囲長や下腿周囲長で筋肉量を判定が出来る。

炭水化物の評価

→欠乏症状の有無によって判定が出来る。

過栄養・過栄養のリスク状態

定義

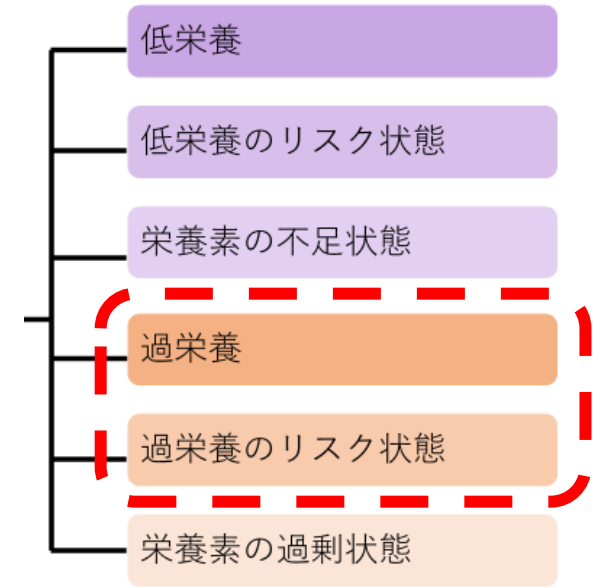
- エネルギー摂取量がエネルギー消費量を上回り脂肪が過剰に蓄積した状態。
- **サルコペニア肥満は要注意！**
- 過栄養のリスク状態とは、現時点で過栄養はなくても、今後過栄養になることが予測される状態。

原因

1. エネルギー摂取過剰
2. エネルギー消費不足
3. 疾患



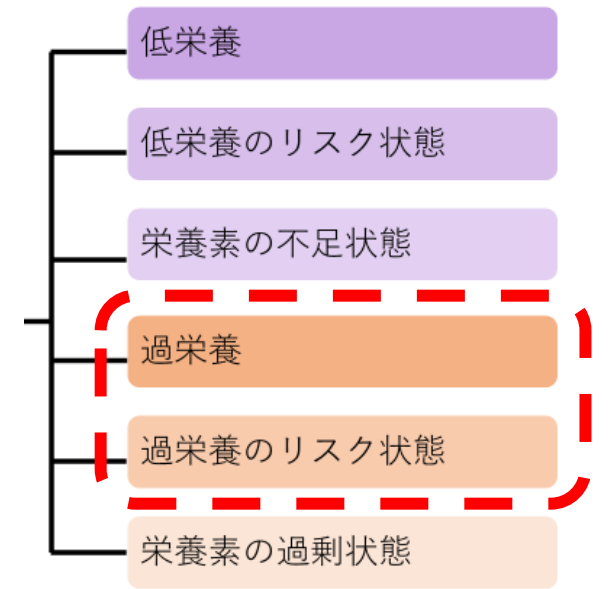
- Cushing症候群
 - Prader-Willi症候群
 - Fröhlich症候群
- 脂肪の蓄積が起こる



過栄養・過栄養のリスク状態

判断基準

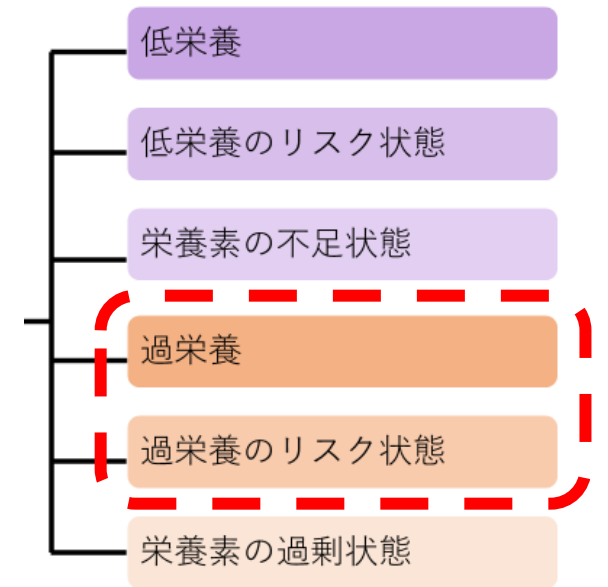
- コンピューター断層撮影法 (CT)
- 生体電気インピーダンス法 (BIA)
- 二重エネルギーX線吸収法 (DXA)
- 超音波法
 - **検査機器が必要で簡便でない。**
- BMIと腹囲の組み合わせ
 - **浮腫による見かけの体重増加には注意が必要。**



サルコペニア肥満

サルコペニアと肥満が合併した状態。

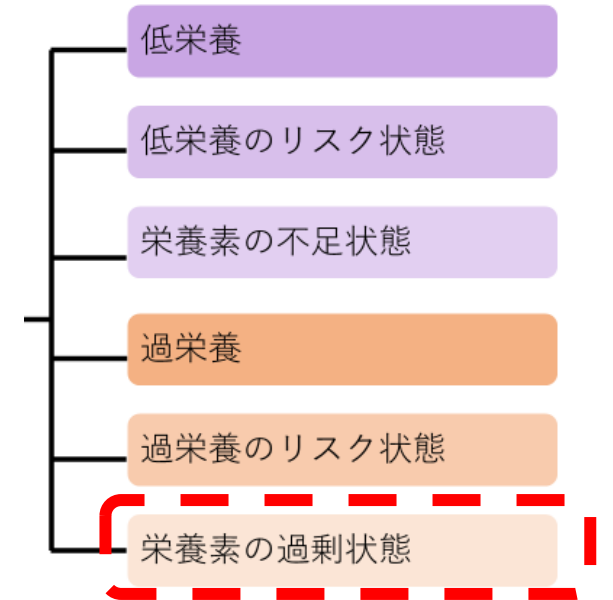
- サルコペニア肥満は総死亡リスクを24%増加させる。
- サルコペニア単独や肥満単独に比べ、歩行能力などの身体機能低下の促進因子となる。



栄養素の過剰状態

定義

1つまたは複数の栄養素が体内に過剰に蓄積している状態、または過剰症状がみられる状態。



栄養素の過剰状態

原因

1. 摂取量過剰

摂食障害などの心理的要因、経腸栄養剤や静脈栄養の過剰投与。

2. 重要量低下

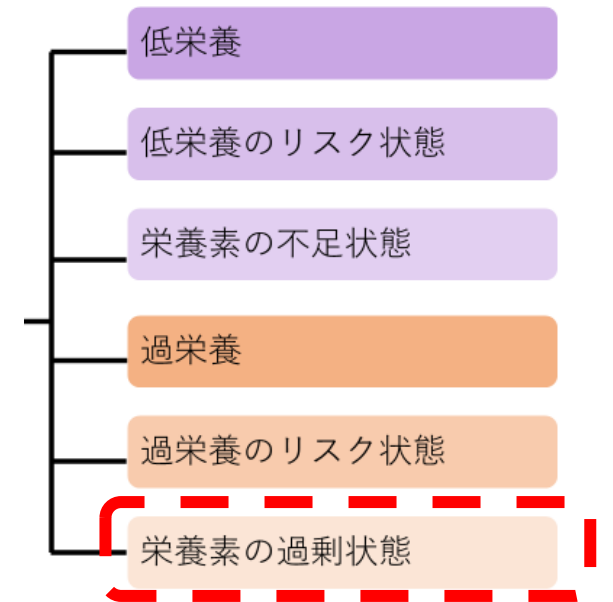
長期間の活動制限、亜鉛過剰摂取時の銅・鉄の吸収障害時。

3. 疾患

慢性腎臓病などで栄養必要量が減少した場合。

判断基準

栄養素の過剰状態では、血中濃度の上昇や過剰症状が認められる。



栄養障害

サルコペニア

栄養素摂取量の過不足

栄養素の摂取不足

栄養素の摂取不足の予測

栄養素の摂取過剰

栄養素の摂取過剰の予測

栄養素の摂取不足とその予測

定義

- 栄養素の欠乏症状の有無に関わらず、現時点で参照値と比較し習慣的に摂取量が不足している状態。
- その予測とは、現時点で摂取量不足は認めないが、今後不足が予測される場合や、体内での需要、排泄の増加、吸収障害などで摂取不足に陥る可能性がある場合。

栄養素の摂取不足

栄養素の摂取不足の予測

栄養素の摂取過剰

栄養素の摂取過剰の予測

栄養素の摂取不足とその予測

原因

1. 個人因子

偏食や食思不振、十分な食事の準備が困難な場合。

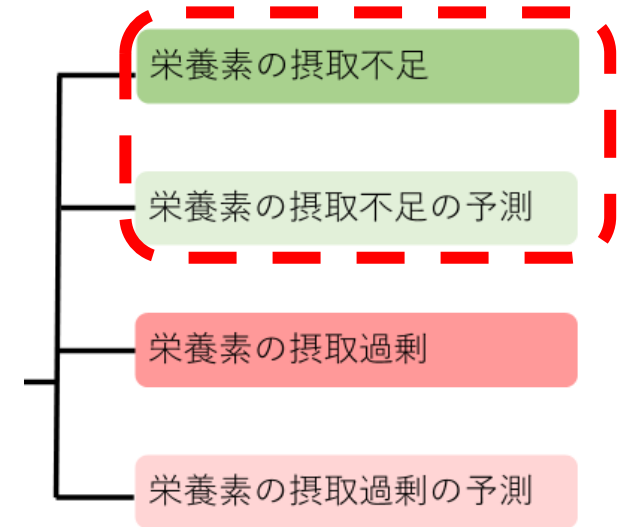
2. 環境因子

病院や施設での食事提供量不足、栄養剤の投与不足、不自由な買物環境。

3. 疾患

小腸の大量切除による糖質、アミノ酸、脂肪、ミネラル、ビタミンの吸収障害。

4. その他



栄養素の摂取不足とその予測

判断基準

- 習慣的摂取量と 日本人の食事摂取基準量 を比較して判断する。
- 臨床症状や臨床検査も使用する。
- エネルギー量や栄養素量について考慮する際、身体活動や機能訓練による負荷量や生活活動強度について考慮する。
- その予測には、今後、消化器症状や食思不振が起こるような薬剤投与や治療が予定されていないか、食生活に変化が起こるようなイベントがないかを検討する。

栄養素の摂取不足

栄養素の摂取不足の予測

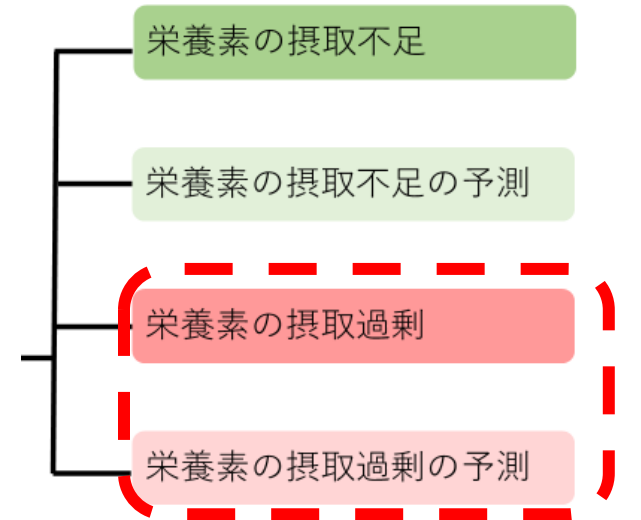
栄養素の摂取過剰

栄養素の摂取過剰の予測

栄養素の摂取過剰とその予測

定義

- 栄養素の摂取過剰は、栄養素の過剰症状の有無にかかわらず、現時点で生理的必要性に基づく参照値と比較し習慣的摂取量が過剰となっている状態。
- その予測は、現時点では栄養素の摂取過剰は認めないが、今後摂取過剰が予想される状態。



栄養素の摂取過剰とその予測

原因

1. 個人因子

食事摂取過多、サプリメントや健康食品の過剰摂取。

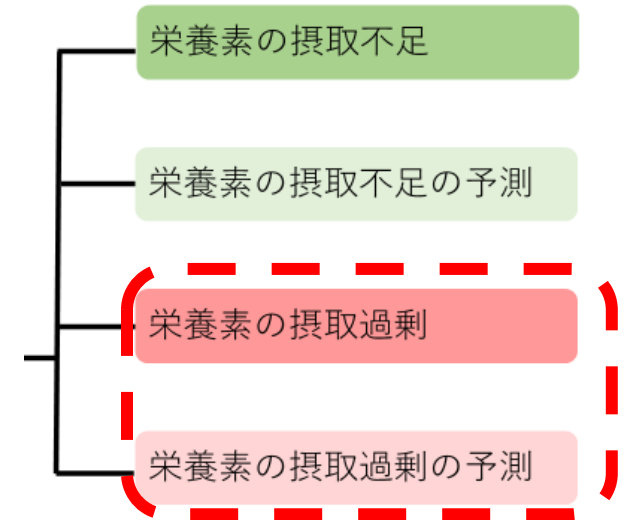
2. 環境因子

職場の付き合いが多い、栄養剤の投与過剰。

3. 疾患

代謝性疾患などで食事制限が必要な場合。

4. その他



栄養素の摂取過剰とその予測

原因

※栄養素の摂取過剰の予測に陥る要因。

1. 予想される医学的状況に関する要因

CKD急性増悪後、食欲増進作用のある薬剤の投与が計画されている場合。

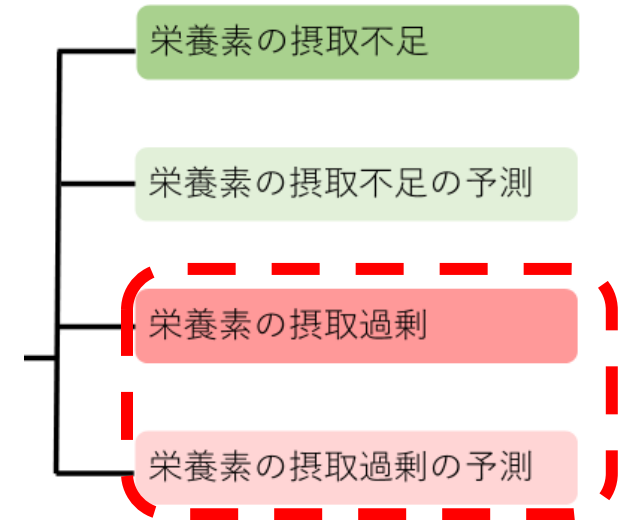
2. 環境因子

入院中の栄養管理が退院後に継続されないであろう場合。

3. 疾患

通常ならば問題とならない栄養摂取量であっても、疾患により制限が必要な場合。

4. その他



栄養素の摂取過剰とその予測

判断基準

- 日本人の食事摂取基準で設定されている **耐用上限量と比較**する。
- 耐用上限量が設定されていない栄養素については、**推奨量や目安量と比較**する。
- また、**過剰症状の有無**により判断を行う。
- 予測の判断には、今後食事制限や食事摂取量過多が起こるような**薬剤投与や治療**が予定されていないか、**食生活に変化が起こるようなイベント**がないかを検討する。

