ノパルスイート。カロリーゼロ 活用施設を徹底取材!

「パルゼロ』活用集

はしもと内科 糖尿病・内分泌クリニック

臨床や給食現場で活躍している、管理栄養士さんや調理師さんを直撃インタビュー!日々の栄養食事指導やイベント、 大量調理に「パルスイート ₀ カロリーゼロ」(以下、「パルゼロ ₀」)を使いこなすテクニック&ヒントが満載です!

COVA-D DOV-ED



心身一如 ~心あるトータルサポート~



<はしもと内科 糖尿病・内分泌クリニックの皆さん>

はしもと内科 糖尿病・内分泌クリニック

住 所:〒503-0854 岐阜県大垣市築捨町2丁目94番地

病床:なし

人 員 構 成:医師1名/看護師7名/管理栄養士(非常勤)1名

給 食:なし



クリニックのご紹介

当院は、地域の方々の"健康管理のパートナー"であることを目指しています。糖尿病・内分泌疾患の専門性を生かし、生活習慣病の是正を目的とした生活指導や検査を実施し、患者さんの健康全般に関する支援を行っています。糖尿病に関しては、合併症の検査や自己血糖測定、インスリン自己注射の指導介入も行い、外来クリニカルパスによる計画的な指導も導入しています。お子さまからご高齢の方まで幅広い世代を対象に、専門性を活かし、心のこもった医療を提供できるよう尽力しています。

→ 指導編

"健康管理のパートナー"として身近な存在でありたい

看護師・日本糖尿病療養指導士(CDEJ) 加納 友香先生

看護師はチーム医療の潤滑油 -

当院では医師や看護師、管理栄養士などの多職種が協業して、患者さんの治療を行っています。スムーズに連携を図るには密なコミュニケーションが欠かせません。そのため、外来用のクリニカルパス(治療計画説明書)を導入しています。スタッフ間での共通認識の共有と、患者さんへ治療計画の情報共有が目的でスタッフと患者さん用の2つを作成しています。当院の管理栄養士は非常勤のため、クリニカルパスを通じて治療状況をスタッフ間で把握しています。さらにデータ上では共有しにくい、患者さんの特徴や受診の経緯などは看護師から管理栄養士に説明し、逆に栄養指導後に管理栄養士から看護師に対して次の受診時に気にかけて欲しい点などの申し送りがあります。このように看護師は、他職種と患者さんとの意思疎通を図る架け橋として、また治療を円滑に進めるためのチームの潤滑油としての役割も担っています。





<はしもと内科のクリニカルパス(左:医療スタッフ用、右:患者さん用)>

糖尿病友の会『TOSIL の会』の活動

開院と同時に患者さんやそのご家族、地域の方々に糖尿病や血糖値について理解してもらいたいという想いから「糖を知る会=TOSLの会」を設立しました。 現状、新型コロナウイルス感染症の感染拡大の影響で予定していた勉強会や、患者さん同士の交流会、ウォーキングイベントは、残念ながら実践できていません。 その代わりに糖尿病や血糖値、健康課題に対して正しく理解してもらえるように、 当院の WEB サイトでコラムとして情報発信をしています。 今後は患者同士の繋がりが持てるようなリアルイベントの開催を検討しています。

患者さんと対話し、共に考え、正確な知識習得に導く支援を一

看護師から患者さんに体重測定や血液検査の数値、前回値との比較や振り返り、今後の治療方針などをお伝えする際に"食事"について話すこともあります。患者さんの中には、極端な食事制限やメディアで報道された健康食品を食べれば健康になれると勘違いされる方がいます。また、人づてに聞いた情報の真偽を確かめず、そのまま鵜呑みにするなど、偏った認識をお持ちの方もみられます。患者さんと医療スタッフの認識には隔たりがあることもあり、患者さんのより良い健康状態に向けた認識の統一が必要です。日々、患者さんとの会話から生活習慣や食事内容を情報収集するように努め、その中で患者さんと一緒に考えながら、認識の修正や健康増進のための知識を身につけてもらえるような対話を心がけています。正しい知識を基に実践してもらうと、検査値にも良い変化が現れて患者さんのモチベーションアップや継続にも繋がります。改善へのプロセスを一緒に共有できたときは CDEJ としての充実感を感じます。また看護師は患者さんの一番身近なポジションにいるため、日頃から患者さんとの信頼関係の構築や心のケアをすることも大切だと考えています。

★ 指導編 患者さんに寄り添い、実生活で取り入れやすい方法を考えたし

患者さんの生活習慣や経済状況に配慮し継続しやすいアイディアを

患者さん一人ひとり、治療や生活習慣での困りごとや悩みを持っており、ご相談いただくことがあります。甘い味つけの料理やお菓子 作りが好きな方、甘い間食をなかなかやめられない方などから「甘さは変えずに、糖類やカロリーを抑える良い方法はないか?」と ご相談いただくことがあります。そんな時には砂糖の代替えとして低カロリー甘味料の「パルゼロ ๑」を紹介しています。「パルゼロ ๑」 は砂糖と同様に使えてカロリーゼロ、糖類ゼロなので血糖値にほとんど影響を与えないのでオススメです。口頭だと実践に結びつき にくいため、使用イメージが湧きやすいように顆粒サンプルや商品リーフレット、ヘルシーレシピ集などの資料も併せてお渡ししてい ます。具体的な利用方法を紹介することで、継続して使用されている方もいらっしゃいます。 砂糖をすべて 「パルゼロ ∞」 に切り替える方 もいれば、砂糖と「パルゼロ ◎」を半分ずつ使用する方、用途に分けて活用されている方など、ライフスタイルや経済状況などによって 使い方は様々で、皆さん工夫されていると思います。このように、患者さんの無理のない範囲で「パルゼロ ◎」を取り入れていただく ことで患者さんの QOL を維持し、日々の生活の中に楽しみを見つけていただけていると思います。

まずは試して自分たちが良いと思ったものをオススメしたい -

患者さんに紹介する代替え調味料や機能性食品、ロカボ商品などは自分たちも試してみないと使い心地や味を上手に説明できないので、 なるべく試すように心がけています。「パルゼロ ◉」 ももちろん試しました。 しっかりとした甘みを感じることができ、砂糖の 1/3 量で 充分においしい点や、患者さんに人気のアイスコーヒーやアイスティーなどの冷たい飲み物にもサッと溶けることを体感することができ ました。このように企業の商品をオススメする際には、私たち看護師が試した感想も併せて紹介するように心がけています。また患者 さん視点で紹介するように意識しているので、安心してお試しいただけていると思います。



各スタッフが日常で関心を持っていることをブログで発信して います。過去に「パルゼロ。」を使用した簡単おやつレシピや 低カロリー甘味料の特長を紹介したこともあります。患者さん にレシピを紹介する際は、減塩だしや寒天を使用した管理栄 養士オススメのレシピの他、日本糖尿病協会発行の情報誌、 企業のWEBページを参考にしています。「パルゼロ®」の場合は、 ヘルシーレシピ集や味の素の WEB ページ「レシピ大百科」を 参考にしています。患者さんに自信を持って紹介できるよう、 実際に使用感を試し、その感想も一緒にお伝えしています。

院内待合室の活用

当院の待合室には、診療の待ち時間に閲覧できるように、様々な 疾患をテーマにした掲示物や試供品、資料の展示コーナーを 設けています。待合室に設置することで、患者さんの目に留まり やすく、興味を持った方が手に取りやすいように工夫しています。



【掲 示 物】

疾患について正しく理解してもらうため、季節 ごとにスタッフが交代で掲示物を作成してい ます。待ち時間の読み物として、負担のない 情報量にしています。

今回は痛風の方や疑い がある患者さんの受診 が多かったため、「痛風」 を紹介しました!



【サンプルや資料】

生活改善のヒントにな るような情報ツールや 試供品の提供を心がけ ています。特に「パル ゼロ。」のレシピが掲 載されているヘルシー レシピ集は人気があ り、実際に実践された と感想をいただくこと もあります。