

# 第1章 高齢者の栄養管理の意義

## 第1章 高齢者の栄養管理の意義

### 第1 高齢者の『食べる』意義

高齢者にとって『食べる』ことは、単に栄養補給目的だけでなく（低栄養予防）、食べるという動作で必要な筋肉を動かしたり（リハビリテーション）、朝昼夕の三食食べることで生活リズムを調整したり、誰かと食事をする中でコミュニケーションが図られる（社会参加）など、生活機能の向上や回復、また、食べる意欲は『生きる意欲』につながることから、食べることは生きがいや楽しみ、自己実現（やりたいことができる）などの生活の質（QOL）の向上のためにも意義あるものである。

しかし、加齢に伴い、思うように食事がとれなくなり、ちょっとした食欲不振から低栄養や脱水を起こしやすく、そこから身体機能が低下し、寝たきりや認知症の原因となることもあるため、高齢者の栄養管理には食事摂取状況の把握は不可欠である。

### 第2 栄養管理部門の役割

現在、多くの介護保険施設において、栄養ケア・マネジメントが導入され、入所者（高齢者）の低栄養状態等の予防・改善のために、入所者一人一人の栄養健康状態に着目した栄養ケアサービスが提供されている。

栄養ケア・マネジメントは、ヘルスケアサービスの一環として、個々人に最適な栄養ケアを行い、その実務遂行上の機能や方法手順を効率的に行うための体制をいい、施設長の管理のもと、医師、管理栄養士、歯科医師、看護師及び介護支援専門員その他の職種が共同して行うものである。

その中心的役割を担うのは管理栄養士等が配置されている栄養管理部門であり、管理栄養士は栄養アセスメントにより入所者の栄養に関する課題を的確に分析し、その課題に基づいた栄養ケア計画を提案するため、居室部門（看護・介護）である他職種と連携し、入所者の栄養健康状態等の情報を共有することは重要なことである。

なお、適切な栄養管理のなされた食事を提供しても、入所者が喫食しないことには意味をなさないため、個々の嗜好等も配慮した食事内容を検討していくことも、これまで以上に栄養管理部門が担うべき業務の一つといえる。