

脱抑制を呈した利用者への 栄養管理から買い物・調理支援

新潟県障害者リハビリテーションセンター

○高野友美(OT) 秋山明美(OT)
北上守俊(OT) 齋藤眞智子(Ns)

1. はじめに

今回、脳出血による高次脳機能障害により脱抑制を呈した利用者の栄養管理から買い物・調理支援を行った。利用者は一人暮らしでの生活を強く希望しており、調理の定着を目標として介入を行ったため、その取り組みと経過を報告する。

2. 症例紹介

・Aさん 40代前半 男性

・疾患名(発症日): 左被殻出血(H24.4.30)

・合併症: 高血圧

・現病歴:

単身で関西地方で仕事をしていた。休暇中に呂律不良が出現し、自分で救急車要請し、搬送され入院。リハビリ目的で地元の病院に転院。回復期病院を退院後、新潟県障害者リハビリテーションセンター(以下、当センター)にH24.11.13より利用となる。

・病前生活:

食生活の偏りあり。調理経験は乏しく、インスタント食品やレトルト食品、コンビニ弁当、外食がほとんどであった。浪費癖あり。

3. 初期評価 (H25.2)

(1) 心身機能面

- ・主訴: 復職したい。一人暮らしがしたい。
- ・身長: 154cm 体重: 76kg BMI: 28.46 (肥満)
- ・麻痺: 右上下肢に中等度の麻痺あり。
- ・感覚: 上下肢ともに中等度鈍麻。
- ・高次脳機能面: 脱抑制、短期記憶障害、注意障害あり。
知能指数は106 (平均レベル)
- ・ADL・IADL: 金銭管理のみ助言必要。

(2)調理評価(初回)


※回復期病院での調理実習:1回(カレーライス)

献立作り:適切な摂取量の予測が困難。

買い物:必要以上の材料を購入しようとする傾向あり。

調理動作:

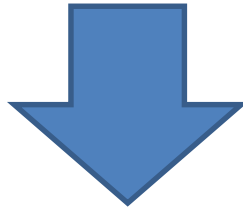
- ・立位姿勢は安定(約3時間作業可能)
- ・火の扱いは安全に可能。
- ・釘付まな板の使用方法は曖昧。
- ・調理器具の使用方法がわからず説明が必要。
- ・野菜を切るには見本の提示が必要。



道具の使用方法や野菜の切り方は1度の説明で理解が可能であった。

4. 支援計画

- ・短期記憶障害を認めるが手続き記憶には問題が見られない。
- ・片手での調理実施のために釘付まな板等の器具を提供したが説明が必要。
- ・脱抑制により献立作りでは品数や材料の量が多くなり、買い物では必要以上のものを購入する傾向あり。



目標

- ① バランスの良い献立立案
- ② 片手での調理動作の獲得
- ③ 栄養管理の定着

5. 支援経過

	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月
初回評価 第1回 買い物・調理実習	→						
第2回 買い物・調理実習			→				
自炊訓練				→			
最終評価							→

(1)調理実習2回目(H25.4)

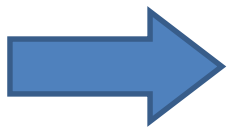
Aさんから1人暮らしの希望あり、1人で調理実習を実施。

目的:食事量を考えた献立の立案、調理動作の確認。

献立作り:栄養バランスに配慮し適切な摂取量を考えることが困難。

買い物:予定外の材料を購入しようとする。

動作面:調理器具の使用は助言なく可能。目分量で作業を進め、調理経験の少なさから判断を誤る。



調理動作は自立
調理経験不足と脱抑制の
問題見られる



5. 支援経過

	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月
初回評価 第1回 買い物・調理実習	→						
第2回 買い物・調理実習			→				
自炊訓練				→			
最終評価							→

(2) 自炊訓練(献立立案練習)

目的: 調理経験を増やし、摂取量を考えた献立立案

パソコン訓練の時間を利用して
土曜日と日曜日の3食分の献立を作成

作業療法士と看護師が献立を確認し
栄養バランスや品数、材料の量を
フィードバック

3食分を調理
(1食に必要な材料の量と食事量を確認)

献立は振り返れるようにファイルに綴じる

【Aさんが作成した献立表】

土曜 晩飯 献立

「ササミと野菜炒め」「こんにやくのピリ辛」「キャベツサラダ」

材料

・ササミと野菜炒め (先週の残り材料を使用)	・鳥ササミ肉 (先週の残り分)	30g
	・生姜	少々
	・にんにく	少々
	・料理酒	少々
	・麵つゆ	少々
	・にんじん (先週の残り分)	少々
	・玉ねぎ (先週の残り分)	1/2個
・こんにやくのピリ辛	・生姜	少々
	・にんにく	少々
	・こんにやく (先週の残り分)	1本
	・七味	少々
	・料理酒	少々
	・玉ねぎ (先週の残り分)	1/2個
	・にんじん (先週の残り分)	少々
	・長ねぎ (先週の残り分)	1/2本
	・たまご (賞味期限 10/13)	1個
・キャベツサラダ	・キャベツ	各 1/4 個
	・プチトマト	各 2 個
	・にんじん (先週の残り分)	少々

日曜 晩飯 献立

「ほたての雑炊」「こんにやくのピリ辛」「キャベツサラダ」

材料

・ほたての雑炊	・鶏ササミ肉 (前日の残り分)	
	・玉ねぎ	1/2 個
	・たまご (賞味期限 10/13)	1 個
	・生姜	少々
	・ほたての雑炊の素	1 パック
	・にんじん	少々
	・レトルト御飯	1 パック
	・長ねぎ	1/2 本

(注) 「こんにやくのピリ辛」「キャベツサラダ」は作り置きです。

6. 結果 (H25.8)

(1)心身機能面

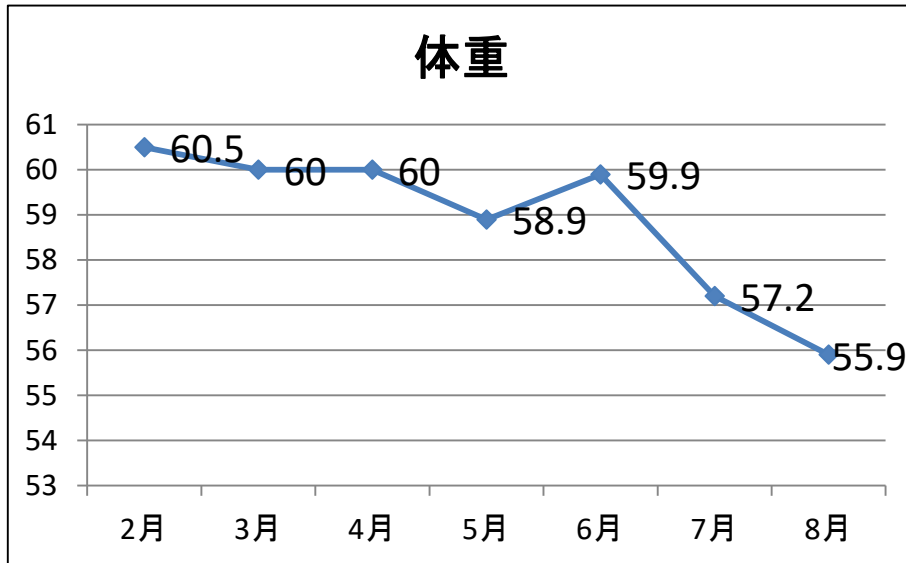


図1 体重の変化

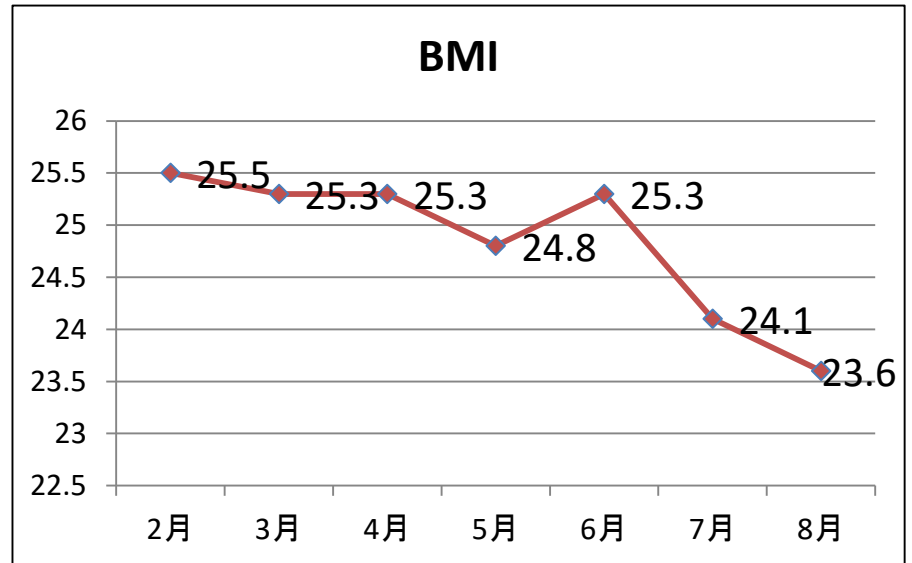


図2 BMIの変化

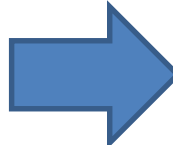
入所時より徐々に体重減少・BMI低下が見られる。

(2)調理場面での変化

- ・一度作ったことがあるものであれば**必要な材料の量や1食の食事量の見当がつく**ようになった。
- ・思いのままに献立を立案したり**衝動的な買い物が減り**、栄養バランスを考えるようになり、**食事量が増えにくくなった**。
- ・調理方法のバリエーションが少ない。
- ・手順を確認せずに行える献立が多く、使用する食材が偏りがち。

【実際に修正した献立表】

<p>晩飯 献立</p> <ul style="list-style-type: none"> 豚肉カレー <p>材料</p> <ul style="list-style-type: none"> カレー粉 (前回の残り) もやし1袋 (18円) じゃがいも 2個 玉ねぎ 3個 豚肉 100g 生姜 少々 にんにく 少々 ローリエ 1枚 <p>晩飯 献立</p> <ul style="list-style-type: none"> カレーうどん <p>材料</p> <ul style="list-style-type: none"> 冷凍うどん1袋 (5袋 約150円) もやし1袋 (18円) 玉ねぎ 2個 豚肉 約100g (残り分) 生姜 少々 にんにく 少々 めんつゆ (昆布だし入り) <p>※ X-2から単品のみ2割、投数は、材料を書いてきた。 X-2へ各1に材料と分量を書き足して7割。 具材の分量は、4割に減らすこととしたい。</p>	<p>手書き修正:</p> <ul style="list-style-type: none"> もやし1袋 (18円) - 5割は使うが、不明な部分: X-2とX-1の7割 じゃがいも 2個 - 大玉と小玉の1個と1個は2個分として作ることにする 玉ねぎ 3個 - 2個は玉ねぎ3個で、5x2 1個 豚肉 100g - 1個量50g x 2回分として作ることにする
---	---



<p>土曜 晩飯 献立</p> <p>「ササミと野菜炒め」「こんにやくのピリ辛」「キャベツサラダ」</p> <p>材料</p> <ul style="list-style-type: none"> ササミと野菜炒め (先週の残り材料を使用) こんにやくのピリ辛 キャベツサラダ 	<p>手書き修正:</p> <ul style="list-style-type: none"> OK!! 	<ul style="list-style-type: none"> 鳥ササミ肉 (先週の残り分) 30g 生姜 少々 にんにく 少々 料理酒 少々 麵つゆ 少々 にんじん (先週の残り分) 少々 玉ねぎ (先週の残り分) 1/2個 <ul style="list-style-type: none"> こんにやくのピリ辛 生姜 少々 にんにく 少々 こんにやく (先週の残り分) 1本 七味 少々 料理酒 少々 玉ねぎ (先週の残り分) 1/2個 にんじん (先週の残り分) 少々 長ねぎ (先週の残り分) 1/2本 たまご (賞味期限 10/13) 1個 <ul style="list-style-type: none"> キャベツサラダ キャベツ 各1/4個 プチトマト 各2個 にんじん (先週の残り分) 少々 <p>日曜 晩飯 献立</p> <p>「ほたての雑炊」「こんにやくのピリ辛」「キャベツサラダ」</p> <p>材料</p> <ul style="list-style-type: none"> ほたての雑炊 鶏ササミ肉 (前日の残り分) 玉ねぎ 1/2個 たまご (賞味期限 10/13) 1個 生姜 少々 ほたての雑炊の素 1パック にんじん 少々 レトルト御飯 1パック 長ねぎ 1/2本 <p>(注)「こんにやくのピリ辛」「キャベツサラダ」は作り置きです。</p>
---	--	--

赤ペン(修正)の量が少なくなった!!

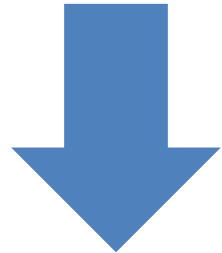
7. まとめ

- 問題①発症前の調理経験が少ない } 献立立案困難
②高次脳機能障害(脱抑制) } 買い物見守り
③片手での調理方法がわからない → 調理は見守り～一部介助

調理実習により片手での調理動作獲得



①②により献立立案困難は継続

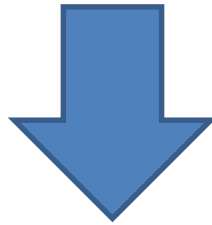


定期的な調理実習と自炊訓練という
実際の調理を通してフィードバック

摂取量の目安がつくようになり衝動的な買い物の減少

8. 今後の課題

調理方法が限られている
献立のレパートリーが少ない



復職後の調理継続のための工夫・訓練
栄養管理方法の検討が必要

例：自炊頻度を増やす
作り置き(冷凍保存等)の利用
配食サービス等の検討 など