

栄養管理（PES 報告）記録（症例 2 記載例）

栄養診断	<p>NI-5.8.2 炭水化物過剰摂取 NC-3.2 意図しない体重減少</p>
S	<p>とにかく私は炭水化物が好きなんです。普段から夜中に菓子パンやラーメンなどをガッツリと食べていました。特に今の職場は月に 10 回以上は夜勤なので、1 日 4 食が基本です。</p> <p>転職して 2 ヶ月で 5kg も痩せました。仕事が忙しくて、環境も変わったから、ストレスや疲れかなと思っていました。</p> <p>野菜は傷むのであまり買わないし、外食や市販の弁当が多いですね。</p> <p>喉が渇いて炭酸飲料だけでも 1 日に 1,500~2,000 mL くらい飲みました。だから何回もトイレに行って大変でした。</p> <p>昨日までの 2 日間は体調不良でパン、粥、果物、スポーツドリンク、炭酸飲料などを摂っていました。</p>
O	<p>身長 158.1 cm, 体重 64.1 kg (5 kg/2 ヶ月の減少), BMI 25.6 kg/m² 職業：介護士, 3 交代制勤務, 夫と二人暮らし, 生活活動強度は中等度 タバコ 20 本×35 年 (現在も喫煙中)</p> <p>HbA1c 11.2 %, 空腹時血糖 187 mg/dL, 総コレステロール 260 mg/dL, HDL コレステロール 56.4 mg/dL, LDL コレステロール 187 mg/dL, 中性脂肪 121 mg/dL</p> <p>食物・栄養素摂取量：エネルギー 2,800 kcal, 炭水化物 450~470 g 朝：食パン 2 枚 + 目玉焼き (2 個) + ハムやウインナー + コンビニのサラダ 昼：手作り弁当 (米飯 300g 以上 + 冷凍食品 2 - 3 品 + 卵焼き) 夕：スパゲティ (コンビニ) + オニギリ 2 個 or 菓子パンなど 22~23 時：サンドイッチ or 菓子パン or チャーハン or ラーメンなど 間食：炭酸飲料 1,500~2,000 mL, キャンディ 5 個、アルコール (-)</p>
A	<p>普段の摂取エネルギーは、指示量 1,600 kcal に対して約 1.8 倍と過剰である。炭水化物摂取量も指示量 240 g に対して 1.9~2.0 倍と過剰である。1 日 2,800 kcal の摂取量にもかかわらず、体重は 5 kg 減少/2 ヶ月であり、糖質のエネルギー利用率が悪いと推察される。</p> <p>栄養診断の根拠 (PES) FBS, HbA1c 高値および指示量の約 2 倍の炭水化物を摂取していることから、長年の食習慣の嗜好の偏りと口渇感に伴う糖質飲料の摂取による、炭水化物過剰摂取の状態であると栄養診断する。 空腹時血糖及び HbA1c 高値、頻尿や喉の渇き、尿糖および尿ケトン体の陽性から、血糖が利用できないことから起こる異化作用による、意図しない体重減少の状態であると栄養診断する。</p>
P	<p>M x) 空腹時血糖, HbA1c, 摂取エネルギー, 炭水化物摂取量, 体重, 口渇感, 排尿回数, 尿糖および尿ケトン体 R x) 1,600 kcal の食事療法, 糖質の多い飲料の中止 E x) 栄養成分表示で炭水化物量 (240 g/日) を確認する習慣を身につける 主食量の把握 (1 食あたりご飯 180 g) 間食摂取のルール作り</p>

S : Subjective data (主観的データ), O : Objective data (客観的データ), A : Assessment (評価), P : Plan (計画)

Mx : Monitoring plan (モニタリング計画), Rx : Therapeutic plan (栄養治療計画), Ex : Educational plan (栄養教育計画)