

はじめに

(株)エムワン各薬局では、保険調剤の枠にとらわれず、日常業務の一部として管理栄養士による食事・栄養相談を行っている。

今回、大阪・三重に9店舗あるうち、大阪エリア3店舗(アカネ薬局)における取り組みの概要を報告する。



【ご案内】



管理栄養士による栄養相談会

- ◆ バランスの良い食事ってどんな食事？
- ◆ 血糖値、血圧、脂質(高脂血症)が気になるけど、食事で気を付ける事はあるの？
- ◆ 体重がなかなか落ちない。食事が間違っている？

このようなお悩みありませんか？アカネ薬局では管理栄養士による栄養相談会を実施しております。ご興味のある方、是非、参加してみてください。



アカネ薬局にて

(予約制)

一人 30分

参加費は無料

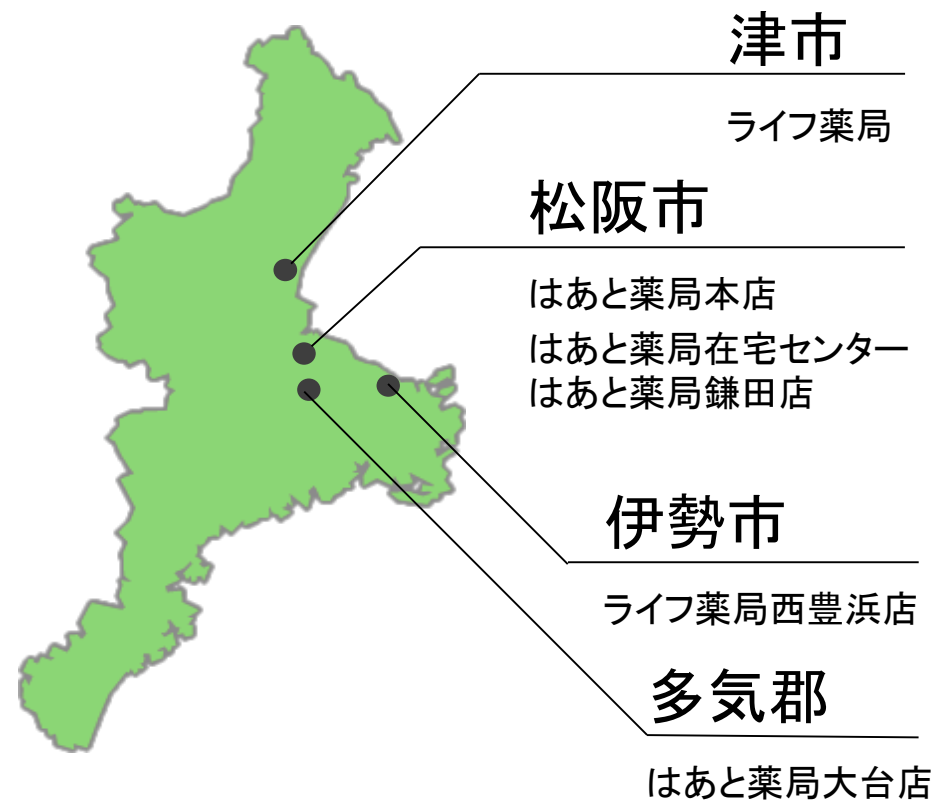
※ご都合のよい日程をスタッフまでご相談下さい。

(株)エムワン 店舗展開

大阪



三重



アカネ薬局 店舗紹介

	池田店	室町店	箕面稲店
所在地	大阪府池田市	大阪府池田市	大阪府箕面市
年間処方箋 応需数※1	約10000枚	約12000枚	約11000枚
処方箋応需 医療機関数※1	約120施設	約90施設	約110施設
在庫薬品数※2	約1200品目	約1000品目	約930品目
薬剤師数※2	2人(うちパート1人)	7人(うちパート5人)	3人(うちパート1人)

※1: 2016年4月～2017年3月

※2: 2017年9月現在

アカネ薬局での食事・栄養相談業務

対象：来局者および地域住民

目的：地域住民への健康サポートの一環

費用：原則無料

相談件数：44件（3薬局合計、2016年3月～2017年5月）

1人の管理栄養士が3薬局を巡回し、予約制による個別相談のほかに、事前予約によらない薬局待合での5～10分の相談や電話での相談も随時行った。可能な場合は「事前アンケート」「直近3日間の食事記録」「血液検査結果」を踏まえて相談を実施した。

食事アンケート

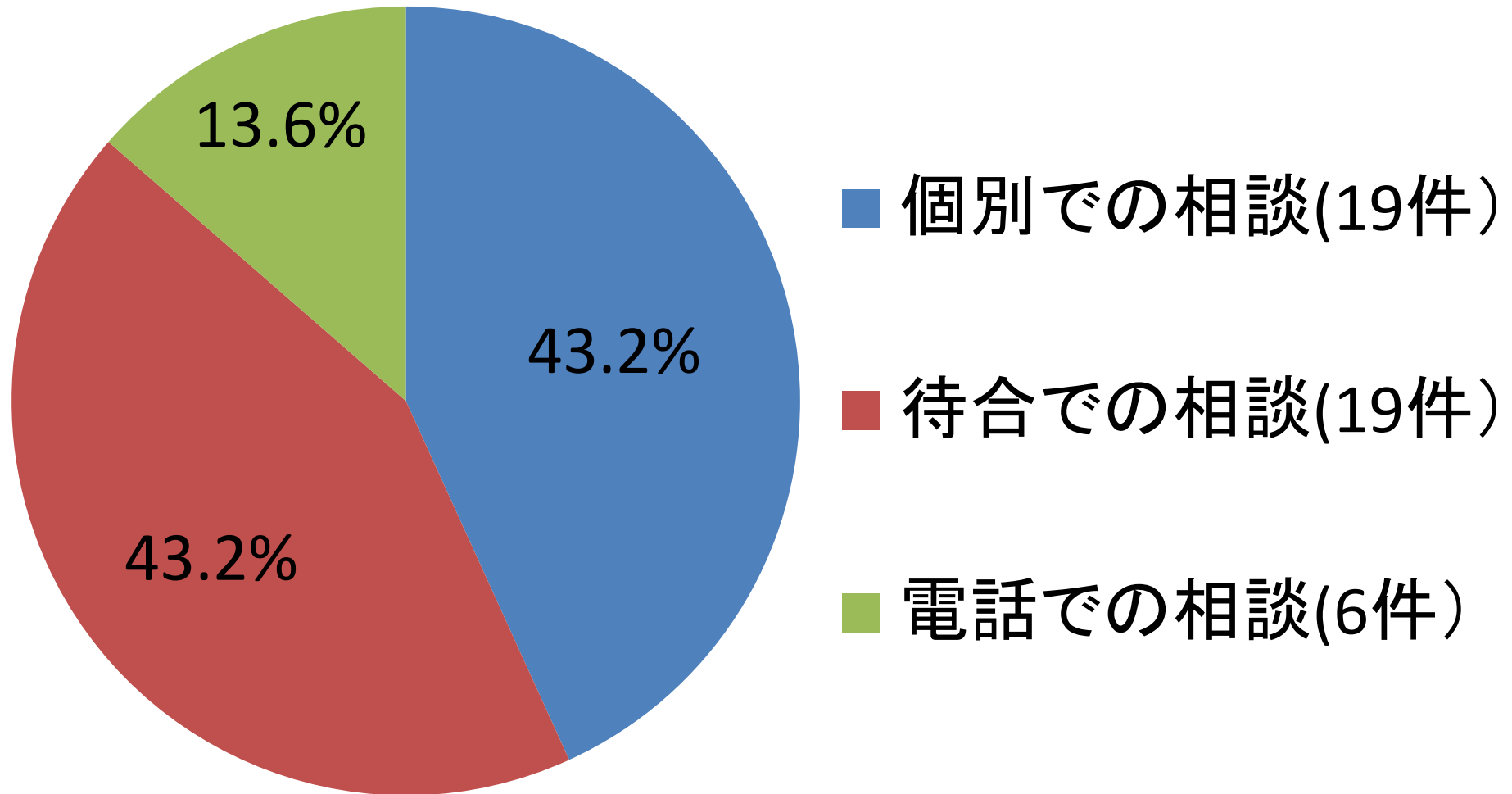
氏名		生年月日: 明治・大正・昭和・平成 年 月 日		
〒 - - 住所:		電話番号 自宅: - - 携帯: - -		
身長状況	身長	cm	体重	kg BMI
以前病院で栄養指導を受けたことがある	・ない ・ある	⇒ 期間 (H 年 月 ~ H 年 月頃)		
体質	・ない ・ある	⇒ 便秘しやすい 下痢しやすい その他()		
アレルギー	・ない ・ある	⇒ 卵・乳・小麦・そば・えび・かに・その他()		
既往歴	・ない ・ある	⇒ 高血圧 糖尿病 脂質異常症 痛風 緑内障 前立腺肥大 胃潰瘍 十二指腸潰瘍 ぜんそく 心疾患(狭心症・心筋梗塞) 脳疾患(脳出血・脳梗塞) 肝疾患(肝炎・肝硬変) 腎疾患(腎不全・人工透析中) その他() ⇒ 現在治療中・治療はしていないが経過観察・治療を終えている		
服用中の薬について	・ない ・ある	⇒ 薬剤名() 受診医療機関名()		
アルコール	・飲まない ・飲む	⇒ 種類() 量()		
喫煙習慣	・ない ・ある	⇒ 1日の本数()		
運動について	・しない ・する	⇒ 具体的に()		
間食について	・しない ・する	⇒ 種類() 量()		
寝る前の食事について	・しない ・する	⇒ 種類() 量()		
1日の食事頻度と時間	・規則的に3食食べる ・間食	⇒	時間	・朝(時頃) ・昼(時頃) ・夕(時頃) (時頃)
食事について	・食事量 ・塩分 ・カロリー	・献立 ・外食 ・バランス	・間食 ・アルコール	
具体的に相談したい内容があればご記入下さい。 〔 〕				
この個人情報に関しましては、他の目的について使用致しません。 ご協力ありがとうございました。				

〔食事記録用紙〕

氏名: _____ 平成 年 月 日

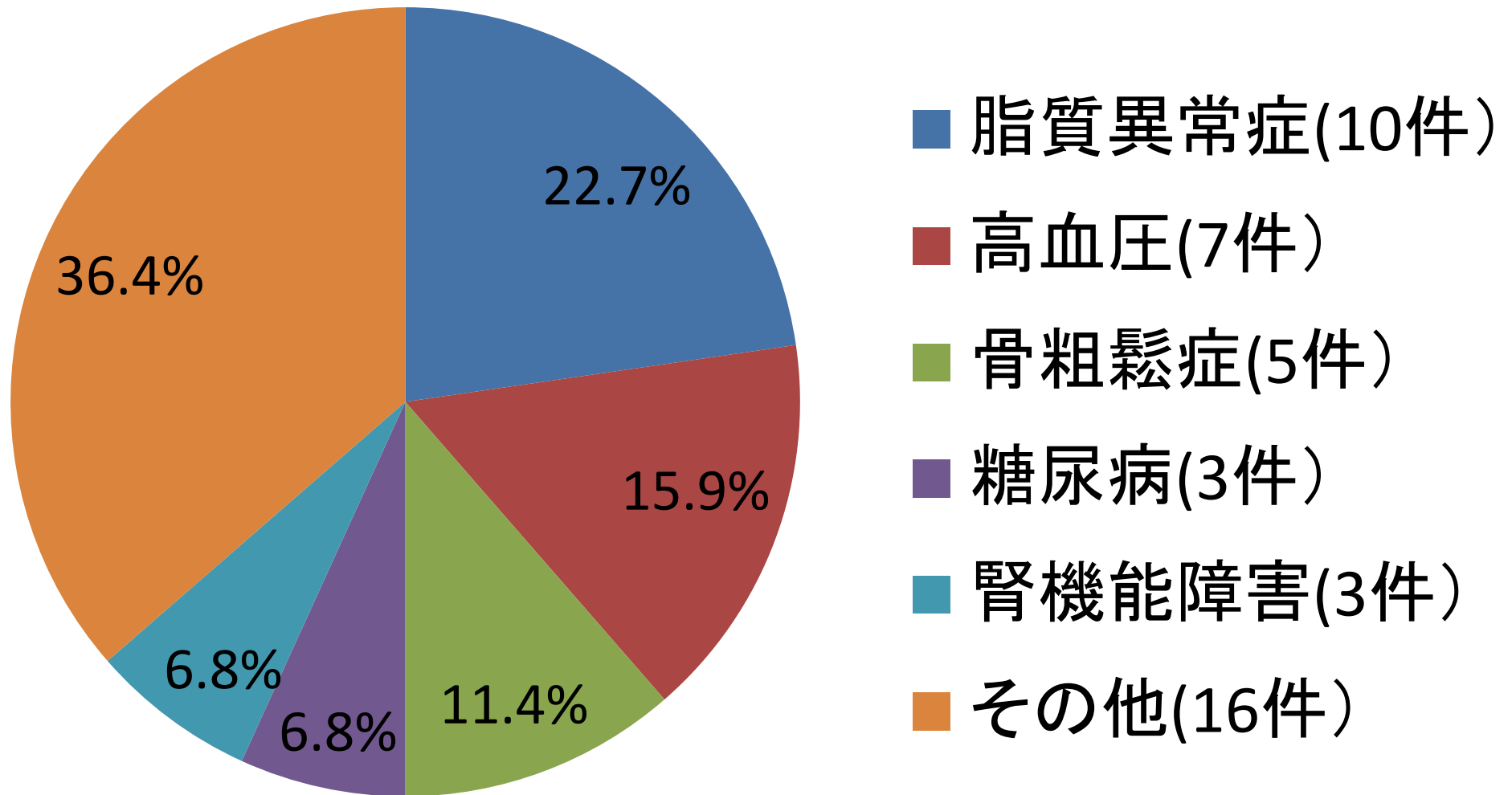
区分	1日目	2日目	3日目
朝食 ~ : :	・ ・ ・	・ ・ ・	・ ・ ・
昼食 ~ : :	・ ・ ・	・ ・ ・	・ ・ ・
夕食 ~ : :	・ ・ ・ ・	・ ・ ・ ・	・ ・ ・ ・
間食 ~ : :	・ ・	・ ・	・ ・

相談件数の内訳(相談形態別)



男女比: 男性21%、女性79%

相談件数の内訳(相談内容別)



生活習慣病に関するものが多数を占める。

相談例①

【薬剤師と管理栄養士の連携】

・80代女性

病歴：腎臓機能高度低下、脂質異常症、高血圧。

主訴：カリウムを制限したい。

※栄養士常駐店ではない店舗で、主治医からカリウム制限をするよう指示を受けた患者に**薬剤師が栄養相談を勧め**、後日管理栄養士による栄養相談を行った。

⇒ 第1回相談時 **面談**

カリウム値の高い生の果物を制限せず食べているため、果物を中心に好きな食べ物のカリウム量を一緒に確認し、適量を伝える。

⇒ 第2回相談時（初回の2ヶ月後） **電話**

S)生の果物を控え、缶詰の果物に替えたが、缶詰も良くないと聞いた。本当か？

P)缶詰は生よりカリウム値が少ないことを再度確認し、適量を伝える。

⇒その後も定期的に**薬剤師が患者の状況、検査データを確認**し、必要に応じて、管理栄養士に連絡する形で、管理栄養士による電話栄養相談を継続中。

0)カリウム値改善みられる。

	カリウム値	推算GFR
初回相談時	5.4	23.6
9ヶ月後	4.6	26.9

⇒**栄養士常駐店ではないため、患者～薬剤師～管理栄養士の密接な連携が必要である。面談と電話を組み合わせ、指導を継続した結果、カリウム値の改善に繋がった。**

相談例②

・70代女性

病歴：脂質異常症、骨粗鬆症。

主訴：体重がこれ以上増えないようにしたい。

⇒第1回相談時 **面談**

食事内容分析により、エネルギー量・蛋白質・脂質の過剰摂取、食物繊維・ビタミン類の不足が判明。

乳製品を低脂肪製品に変更し、揚げ物を減らし、緑黄色野菜、海藻類、キノコ類の摂取を増やすよう指導。

⇒半年後、来局時

S) 乳製品を低脂肪製品に替え、揚げ物を控えている。

O) **体重は維持。TG値改善、LDL値悪化。**

	体重	TG	LDL
初回相談時	60kg (BMI24.7)	177	164
6ヶ月後	60kg (BMI24.7)	98	178

⇒食物繊維・ビタミン類の不足は変わらず。

改善意欲を持続するためにも、継続的な指導が必要。

相談例③

・70代男性。本人希望によりフロアで栄養相談を実施した。
炭水化物、蛋白質を摂りすぎていると指摘を受けたが、なにが蛋白質なのか、なにをどう摂ればよいのか分からないので教えてほしい。

⇒ 炭水化物:ごはん、パン、麺類などの米や小麦等。

蛋白質:肉・魚・豆類・乳製品等。

毎食、炭水化物・蛋白質・野菜を摂るのが望ましい。

⇒男性は食事に対する意識が低い傾向があると報告されている。分かりやすい資料を用意することが必要である。

相談例④

・介護関係の仕事をしている方。本人希望によりフロアで栄養相談を実施した。嚥下の悪い人の水分摂取がうまくいかない。水分をゼリーに固めているが、時間がかかり、うまく対応できないことがある。なにかよい方法はないか。

⇒ 混ぜるだけで固まるとろみ剤を数種類紹介し、サンプルを提供した。

⇒ 今後は在宅での介護が広がると思われるため、個人の方からも同様の相談を受ける可能性がある。個人向けの指導方法を考えておく必要がある。

相談内容の活用

- ・服薬指導に活用するために、相談報告書や食事記録、問診票は薬歴にも記録し、スタッフ間で情報共有している。
- ・栄養相談の内容や推奨したい食品等については、管理栄養士もしくは薬剤師から主治医に伝え、主治医との情報共有、連携も図っている。

栄養相談実施に対する薬剤師の感想

- ・「食事」という毎日の身近なテーマでお話して
きるようになり、患者との距離が近づき、コミュニ
ケーションに役立っている。
- ・生活習慣改善においてかかせない食事につ
いて、勉強する機会が増え、知識向上に役立っ
ている。

栄養相談実施に対する管理栄養士の感想①

・今まで栄養相談を受けたことがなく、食事・自己の疾病・検査値の見方などについて知らない患者が多い。

管理栄養士が「食事」という身近なツールから患者の相談にのることで、患者の健康意識の向上に繋がると感じた。

栄養相談実施に対する管理栄養士の感想②

・1回限りの相談となった例が多かったが、継続した例では検査値の改善もみられた。

薬剤師とさらに連携を深め、継続した栄養相談を行っていききたい。

- ・1回きりの食事指導で好ましい習慣を身につけることは容易ではないため、食事・栄養相談は継続して行うことが望ましい。今後は、継続して定期的に指導を行える仕組みを作ることが課題である。
- ・栄養相談が必要と思われる患者でも、栄養士との相談までにはいらないと話される方も多い。より気軽に相談していただく方法を考えていく必要がある。

まとめ

・(株)エムワン大阪3店舗では、今年度より管理栄養士を増員し、合計3名で活動できるようになった。

今後も管理栄養士が関わり、患者の生活をサポートする方法を模索していく。

また、地域の方へ向けた栄養相談の場を設けることを検討している。かかりつけ薬局として薬剤師、管理栄養士をはじめ全スタッフの連携を強化して、地域住民の健康増進に貢献していきたいと考える。

第50回日本薬剤師会学術大会

利益相反の開示

筆頭演者名：新畑 依里子

私は今回の演題に関連して、
開示すべき利益相反はありません。