

患者さまへの癒しの食と栄養状態の早期改善について

筑波大学附属病院病態栄養部

現在入院されている患者さまは、健康面、心理面等に不安が多く、健康を取り戻す「食欲」を増やすことが重要な課題です。そのため、本院では第一に「患者さまへの癒しの食」について食事の環境、食質の整備に努力しております。つまり、「残食率を見直し、おいしく食べていただけることによる栄養状態の早期改善」で、より効率的な医療効果の改善を目指しております。

今回は、特に日本人が長年かけてつくりあげてきた和食文化、すなわち、米、大豆、魚、野菜、海草を中心とした基本構造の和食の食性「穏やかに食べていただくこと」に注目し、選択食として季節限定の「昆布締めのお刺し身」を、食事療法上問題のない患者さまの希望者を対象に12月7日（水）から来年3月まで月1回提供することにしました。

「昆布締めのお刺し身」は、北陸地方では、昔から保存食として食べられているものでありますが、つくばでは馴染みの薄いお料理であるとともに、本院において病院食として提供することは、全国的にも非常にめずらしく画期的なことであり、本院の努力の成果と言えます。病院食としては、お刺し身等の生で食するお料理は、衛生管理上提供しにくい料理の一つですが、「昆布締め」という調理方法を取り入れることで、お刺し身を安全に美味しく、また、家庭の食事に近い「癒しの食事」に近づけると同時に、栄養素的にも有効なお料理にかえることができます。

この古来からの知恵に基づいた「昆布締め」は、昆布でお刺し身を包むことにより、浸透圧の力で脱水し魚の身を引き締め、生臭さを取るとともに、保存に適するお料理になります。また、お刺し身に、昆布の旨味成分と塩分が染み込み、そのまま食べるより一段と旨味が増し、減塩をしている方にも適するお料理にかわることもできます。昆布を箸でめくると、昆布とお刺し身の間に糸を引きますが、これは、アルギン酸という昆布に含まれる糖質であり、おいしく熟成された証拠でもあります。栄養素面でも有効でもあります。

今後もこのように、日本古来の食文化を取り入れながら、「なごみ」を患者さまの給食に取り入れて、「食欲」が進む食事を提供し、美味しく食べていただくことで、自然治癒を高めていくことが、本院の最も目指していくところであります。

問合せ先：病院総務部総務課

電話：853-3519