

《看護ワンテーマ BOOK》

がん専任栄養士が患者さんの声を聞いてつくった 73の食事レシピ

川口美喜子, 青山広美 著

定価1890円(本体1800円+税5%)
医学書院 ☎03-3817-5657



在宅や施設で患者さんをみていると、やはり人にとって「食事」は、とても大切なことなんだな、と感じる。がんの末期で中心静脈栄養ポートを入れた患者さんが、家に帰ったら食事がとれるようになった例を何人も見てきた。

もちろん入院中も、栄養士さんや看護師さんが何とか少しでも食べてもらおうと努力しているのだから、家では何かが違うのだろうと思っていた。家で食べられるのはなぜだろうと気をつけて見ていると、やはり食事をつくる過程を嗅覚や視覚で感じられる、摂取時間や量も患者さんの好みに合わせられる、そして何

よりも、その病態や気分に合わせて食事をつくってもらえることではないかと気づかされる。

しかし、病態や気分に合わせてレシピは実は難しく、嘔気が強いつき、嚥下困難があるときなど、患者さんの病態はさまざまである。おそらく家庭ではいろいろ試行錯誤することで、患者さんの望みに合うレシピを見つけているのだろう。そうしたレシピが増えれば、患者さんもお家族ももっと楽しい食事の時間がもてるであろう。

経験に基づく個別性の高い食事レシピ

この本は、そのような望みに十分に答えることができるものだ。何よりも、がん患者さんをよく知るがん専任栄養士が書いていることで、多くのがん患者さんに対応した経験が十分に反映されていると感じられる。私たちも外来や在宅でがん患者さんを見ているが、手術や化学療法を受けるときと終末期に入ったときでは、言葉のかけ方などそれぞれ対応が違ふ。それと同じように、食事レシピもその状態に応じて違ってくるはずである。

この本には、食事メニューそれぞれの下に、レシピが適する患者さんの病態(食欲不振、吐き気など)、患者さんの思

い(懐かしい味、病院食に飽きたなど)が書かれていて、病院でも家庭でも使いやすい、とても参考になると思う。また書かれているエピソードを読んでいると、筆者の豊富な経験や患者に対する熱い思いが感じられる。

私たちは食事を何気なく食べているが、ひとたび病を得て食事が十分にとれなくなると、気分は落ち込み、病と闘う気力もなくなってしまう。そして食事をとれなくなった患者をみている家族もまた気分が落ち込み、自分たちだけ食事をとることを後ろめたく感じてしまうこともよく経験する。食事は単なる栄養摂取の方法ではなく、病と闘うエネルギーの源であり、家族と楽しく話すための重要なイベントだと思う。在宅で患者さんと家族と接している在宅医療スタッフは、日常的に感じていることかと思う。

少しでも経口摂取ができるために、患者さんと一緒にレシピを選び、またアレンジを考えることはとても楽しいコミュニケーションの時間となる。私も在宅医療に関わるようになって、できるだけ経口摂取を楽しむことで、患者さんの小さな望みを最後の時までひとつずつ一緒に叶えることが、とても大切なことだと思ひながら取り組んでいる。