

授業科目名・形態	栄養学	演習	必修・選択の別	必修	
担当者氏名	工藤友子	開講期	1年後期	単位数	1

### 【授業の主題】

生命を営む上で必須である「栄養学」の基礎知識を理解し、健康の維持や疾患の治療における栄養食事療法の役割と実際について学ぶ。特に高齢者の低栄養や成長期の子どもの栄養バランス、各ライフステージを通しての生活習慣病を予防するためのマネジメントなど、基礎知識を活用して応用へ発展させ、医療と保健活動において栄養面からのアプローチができるようになることを目標とする。

### 【到達目標】

1. 栄養学の基礎知識を理解すること。
2. 健康の維持や疾患治療における栄養食事療法の役割を理解すること。
3. 医療と保健活動に栄養ケア・マネジメント等、アプローチの仕方を習得すること。

### 【授業計画・内容】

- 第 1 回 人間栄養学と看護：栄養学の歴史、保健・医療制度、看護と栄養、チーム医療と栄養ケア
- 第 2 回 栄養素のはたらき：三大栄養素、ビタミン、ミネラル、食物繊維、水
- 第 3 回 食物の消化と栄養素の吸収：消化器系のしくみとはたらき、吸収機構、吸収経路、便形成
- 第 4 回 栄養素の代謝：血漿成分、代謝と体内環境、肝臓、核酸代謝、吸収・代謝産物の排泄
- 第 5 回 エネルギー代謝：食品のエネルギー、体内エネルギー、エネルギー消費、エネルギー測定
- 第 6 回 食事と食品：食文化、日本人の食事摂取基準、食品と栄養素、食品群と分類法、保健機能食品
- 第 7 回 栄養ケア・マネジメント：チーム医療、看護の役割、栄養スクリーニング、栄養計画と栄養教育
- 第 8 回 栄養状態の評価・判定：栄養アセスメント、栄養状態の評価判定法、臨床検査、食事調査
- 第 9 回 ライフステージと栄養：乳児期、幼児期、学童期、思春期・青年期
- 第 10 回 ライフステージと栄養：成人期、妊娠期、授乳期、更年期
- 第 11 回 ライフステージと栄養：高齢期、食事の実際、咀嚼・嚥下機能
- 第 12 回 臨床栄養：栄養補給法（経腸栄養法・静脈栄養法など）、病院食の種類、成分コントロール食、食塩制限食、易消化食、経腸栄養食品、投与経路、静脈栄養剤
- 第 13 回 疾患別食事療法：循環器疾患、消化器疾患、栄養・代謝疾患、腎臓、食物アレルギー 他
- 第 14 回 場面別栄養管理：術前・術後の栄養管理（高齢者・胃・腸・在宅療養・がん）サプリメント
- 第 15 回 健康づくりと食生活：食生活の変遷と課題、生活習慣病の予防、食の安全性と食品表示、食生活の改善への施策（健康増進法）、新食生活指針、介護保険制度と食事

【授業実施方法】 基本的に講義形式で行う。＊プレゼン使用あり

### 【授業準備】

講義内容について教科書で事前に予習し、講義後は配付プリントなどにまとめること。

【主な関連する科目】 「人体の構造と機能Ⅱ」「在宅ケア論」

### 【教科書等】

- ① 系統看護学講座専門基礎分野「人体の構造と機能③栄養学」、著：小野章史ら、医学書院
- ② 「糖尿病食事療法のための食品交換表」第7版、編集：日本糖尿病学会、日本糖尿病協会、文光堂

### 【参考文献】

- ① 系統看護学講座別巻6「栄養食事療法」、足立香代子ら、医学書院
- ② 「腎臓病食品交換表」第7版、医歯薬出版株式会社

### 【成績評価方法】

後期定期試験の成績 90%、課題提出 5%、受講態度 5%で総合的に評価する。

### 【学生へのメッセージ】

日常の食事や栄養に興味・関心を持ち、健康的な食生活ができるよう自己管理しましょう。その上で看護における食事の役割やアプローチの方法を考えてみてください。予習と復習を行って臨むことを期待します。