スマイルケア通信

2016年8月25日

Vol.3

増えている　新型栄養失調！

ここ数年、食べているのに栄養不足になる人が増えています。厚労省の調査では７５歳以上の５人に１人が「新型栄養失調」に該当するとしています。

新型栄養失調の原因は

肉や卵を食べない　野菜中心の生活　粗食が体に良いと思っている

などから身体に必要なたんぱく質が不足した食事を続けることにあります。

新型栄養失調になると

免疫力の低下、筋力・筋肉量の低下、皮膚・粘膜の荒れなどから、病気にかかりやすくなる、持病の悪化、転びやすくなるといったことが起こってきます。

身近にこのような方はいませんか？

◇風邪をひきやすい　◇イライラしやすい　◇口内炎ができやすい
◇傷が治りにくい　◇物忘れが多い　◇転びやすい
◇手足がしびれる　◇気持ちが沈みがち　◇髪の毛が抜けるようになった
◇めまい、息切れ、立ちくらみなどの貧血症状がある
◇食べ物の味がわかりにくくなった

１つでも思い当たる場合は栄養ケアサポート薬局の定期的な栄養チェックで**新型栄養失調の予防・改善**を（処方箋受付で無料）

栄養ケアサポート薬局では、処方箋受付時に病気・薬の相互作用・副作用を栄養チェックにより確認し、「低栄養」の原因となるエネルギー/たんぱく質などの不足に対応します。自立支援のためのケアプランとして積極的にご活用ください。

下記**栄養ケアサポート薬局**までお気軽にお問合せください。

＜問合わせ先＞
栄養ケアサポート薬局
高知調剤㈱　健康サポート事業部（高知市）　TEL　088-821-9640
しみず薬局　（土佐清水市）　TEL　0880-82-1005

【発行元】
一般社団法人　在宅栄養ケア推進基金
tel 0880-34-9840　fax 0880-34-9841　e -mail info@zaitakueiyou.net

※当社団法人では【スマイルケア通信】を定期的に発行し、在宅高齢者への栄養ケアに役立つ様々な情報をお届けいたします。