

12 その他食ることが難しくなった方への対応

原因は何かを確認することが大事ですが、高齢者施設などで対応している栄養・食生活上の対応方法をご紹介します。

こんな場合	対応方法
必要量がとれないとき	食事の回数を増やす。間食・栄養補助食品の利用。
便秘が続くとき	こまめな水分補給。水溶性食物繊維を含む食品をとる（野菜、芋、果物など）。発酵・乳製品を摂る。
認知症により食べ方が乱れたとき	摂食時の声かけと観察。食事に集中するような環境づくり。視覚・嗅覚・聴覚に訴え、食事をする意欲を高める。

その他、治療食の対応が必要な方は医師からの指示に基づき対応しましょう！

管理栄養士が作成したレシピなどを西多摩保健所のホームページで紹介しています。何を食べさせたらよいかわからない時など食事のことで困った時に、参考にしてください。

ホームページの紹介

- フレイル予防のための食のサポートブック
- 高齢者をアセスメントする時のお役立ち様式集
体重記録シート・食事内容チェックシート
- 高齢者にやさしい簡単料理レシピ
低栄養予防レシピ・やわらかレシピ・コンビニなどを利用したレシピ等
- 高齢者を地域で支えるために…
栄養情報提供書、配食サービス一覧等



西多摩保健所 高齢者のフレイル対策

検索

URL : http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/nisitama/hokeneiyou/koureisya_frailty/index.html