

Introduction

一般治療食とは、特別な栄養成分の制限または強化のない入院患者に提供する特別治療食以外の食事をいう。栄養補給量については、原則は患者個々に策定された医師の食事箋による栄養補給量または栄養管理計画に基づくものであるが、日本人の食事摂取基準の推定エネルギー必要量および栄養素の数値を適正に使い、患者の体位、病状、身体活動レベル、さらに体重の増減などを十分に考慮して、当該施設の状況に即して設定している。さらに、栄養素や実際の量に過不足なく調整され、QOLの満足が得られる食事であり、入院患者の体力の回復、維持・増進につながる必要がある。

1 一般治療食の概要

分類

一般治療食は、食形態により常食、軟食（全がゆ、七分がゆ、五分がゆ、三分がゆ、一分がゆ）、流動食に分けられる（表3-1）。

食事の形態は、入院患者の身体状況（疾病、咀嚼・嚥下、消化・吸収などの状況）や、その経過により選択される。主食形態と副食形態は相応したものとする。

表3-1 おもゆ（流動）、軟食（分がゆ）、常食（米飯）の米と水の割合

区分	重量比		容量比		でき上がり重量 (倍)	重量比 ¹⁾ 全がゆ：おもゆ
	米 (g)	水 (g)	米 (mL)	水 (mL)		
おもゆ	1	20	1	16	15	0：10
三分がゆ	1	16.3	1	13	13	3：7
五分がゆ	1	12.5	1	10	10 ²⁾	5：5
全がゆ	1	6.25	1	5	5 ³⁾	10：0
軟飯	1	2.25	1	1.8	3	0：0
米飯	1	1.5	1	1.2	2.2~2.3	0：0

1) 大量調理における、かゆから取る場合

2) 五分がゆ：米からのでき上がり重量が10倍になる（10倍がゆ）

3) 全がゆ：米からのでき上がり重量が5倍になる（5倍がゆ）

調理上の注意

料理は食材の選択、調理方法のいかに大きくかわり、さらに盛りつけにより生かされる。一般治療食は特別な制限がなくても入院食であるので、次のことに注意し、調理・調製が必要である。

① 治療食の適正化の確保

・食品、調味料は正確に計量する（調理前後）。

② 調味料の使い方

・素材の特徴（味、香り、感触、調理による変化など）を生かした味つけとする。だし汁を上手に使う。新鮮な食材を選択する。

③ 調理手順計画（マニュアル化）

・適温確保のため、患者の喫食時間を逆算して調理の時間と手順を効率よく設定し、進行する。

④ 調理方法の配慮

・食形態に合わせた消化・吸収のよい調理方法とする。調理科学を十分理解し、栄養素の損失を最小限度にとどめる調理方法とする。

⑤ 食品衛生安全の確保、食中毒防止

・食材料、調理済み料理などの取り扱いは衛生面に十分注意する。とくに、調理が済んで盛りつけ、配膳までの保管方法には注意する。

⑥ 食品衛生安全の確保、患者や関係者との信頼感

・料理に異物が混入しないように、食器に付着物がないように注意する。

⑦ 効果的な喫食、QOLの向上

・盛りつけは、清潔に洗浄・消毒された食器を用いて、食欲を高めるように工夫する。さらに料理に合わせた食器の選択も重要である。

2 一般治療食の種類

1 流動食

流動食は、残渣や繊維が少なく、咀嚼しなくても飲み込めるように、見かけは固体であっても口腔内ですみやかに流動体となる食物で、刺激が少なく消化しやすく調製されたものである。

種類

疾病の状態や経過など治療上の使用目的によって次のように大別される。

■ 普通流動食

おもに水分の補給として使用される。栄養補給としては期待できず、短期間の使用となる。

■ 濃厚流動食

栄養素、微量元素、繊維などの強化、消化・吸収などを考慮した流動食である。長期間の栄養補給に使用される。衛生面や、取り扱いの簡便さなどから広く使用されている。基本エネルギーは1 kcal/mLであるが、1.5~2.0 kcal/mLの製品もある。食品扱いのものと医薬品扱いのものがある。

【おもゆのつくり方】

① 米を洗い、厚手の深鍋で1時間以上水に浸漬する。急ぐ場合でも30分以上漬ける。

② 火にかけ、沸騰するまでは強火、沸騰後は吹きこぼれない程度の弱火にして60分加熱する。

③ こして、でき上がり量の0.5%の塩で調味する。

【おもゆのバリエーション】

・昆布だし、かつお節だし、椎茸だしなどのうまみを利用してつくる。