



アルコール依存症治療に携わる さまざまな職種とその役割

4

アルコール依存症治療における栄養士の役割と貢献

The role and contribution of dietitian in the treatment of alcoholism



相模女子大学大学院
栄養科学研究科病態栄養領域 教授

水上 由紀
Yuki Mizukami

Summary

栄養士は健常者から傷病者の健康の維持・増進にかかわるため、予防（飲酒教育）から回復支援（食生活支援）に貢献することが可能である。食事には、栄養補給以外にもさまざまな役割がある。欠食など一定の間隔で食事ができないと1日の生活リズムが乱れ、服薬忘れや昼夜逆転などの問題が生じる。hyper palatable foodと呼ばれる砂糖、塩、油脂は、脳の報酬系に作用し、過剰摂取の機序はアルコールの過剰摂取機序と同じであることが報告されている。食習慣の改善方法と依存症治療の方法は相互に利用できると考えられる。栄養相談は、調理担当者が同席する機会が多いため、本人が否認しても家族から情報を得ることが可能である。依存症専門病院の初診患者の既往歴調査では、全員に一般病院の受診歴があり、そのうちの3分の1には生活習慣病があった。栄養相談で早期発見し、専門治療にアクセスできれば重症化予防に貢献できる。



Key Words

嗜好品, 生活習慣病, hyper palatable food, 栄養相談, AUDIT

はじめに

アルコールは食品として長い歴史を有する一方で、アルコール消毒で知られるように薬品でもある。1gあたり7kcalを有する。日本食品標準成分表では「嗜好品」に分類され、栄養補給というより生活に楽しみを与える食品として扱われている。本稿では、①栄養士の業務と食の役割、②アルコール健康障害における栄養・食生活問題、③アルコール依存症治療における栄養士の役割について概説する。

栄養士の業務と食の役割

栄養士は「都道府県知事の免許を受けて、栄養士の名称を用いて栄養の指導に従事することを業とする者をいう」、管理栄養士は「厚生労働大臣の免許を受けて、管理栄養士の名称を用いて、傷病者に対する療養のため必要な栄養の指導、個人の身体の状況、栄養状態等に応じた高度の専門的知識及び技術を要する健康の保持増進のための栄養の指導並びに特定多数人に対して継続的に食事を供給する施設における利用者の身体の状況、栄養状態、利用の状況等に応じた特別の配慮を必要とする給食管理及びこれらの施設に対する栄養改善上必要な指