

第 38 回日本臨床栄養学会総会/第 37 回日本臨床栄養協会総会
第 14 回大連合大会
[抄録]

肥満症患者に対する Good Diet Study (GDS) Sheet を用いた栄養カウンセリング効果

〔背景および目的〕肥満は、糖尿病や高血圧、動脈硬化性疾患など生活習慣病発症の高リスクリスクファクターではあるが、無床医療機関であるクリニックでの栄養カウンセリングが十分に行われているとは言えない。その一因と考えられている管理栄養士のスキルと指導ツールの標準化を目的に、簡便で効率が良くかつ効果的な栄養カウンセリング方法を確立するために本研究を行った。

〔対象〕肥満 ($BMI \geq 25 \text{ kg/m}^2$) を有するクリニック外来通院患者 85 名 (平均年齢 48.8 ± 15.0 歳, 平均 BMI $33.6 \pm 6.8 \text{ kg/m}^2$, 平均体脂肪量 $38.9 \pm 9.2 \text{ kg}$, 平均筋肉量 $49.6 \pm 11.7 \text{ kg}$)

〔方法〕診察の待ち時間を利用して管理栄養士が Good Diet Study (GDS) Sheet (A. 何を食べていますか? : 6 問, B. どんな食べ方をしていますか? : 10 問, C. どのような生活習慣ですか? : 8 問) を用いた栄養カウンセリングを実施している。その結果を retrospective に分析し生活習慣改善効果との関連性について統計学的に解析を行い、有意水準を $p < 0.05$ とした。

〔結果〕GDS の利用回数が高いほど GDS スコアの総合計得点および B. 食べ方の合計得点が有意に高く、特に B-1 食事のペース, B-7 間食の種類, また B-10 スイーツ摂取については有意な正の相関関係が認められた。

〔結論〕GDS を用いた栄養カウンセリングは簡便で効果的な治療法であり、特に食事ペースや間食、スイーツに関する食事の食べ方の改善に役立つことが示唆された。