



楽しく脳トレ! ゲームで認知症予防

近年さまざまなゲームが認知機能により効果を示すことが報告されています。特別養護老人ホームに入居している軽度～中等度の認知症の高齢者に、リハビリテーション用に開発されたコンピュータースポーツゲームを週1回程度実施した研究では、空間認知力や記憶力、社交性の向上を認めました。特に脳と身体を同時に使うゲームが有効と考えられています。皆さんも楽しみながら、脳トレーニングを行えるゲームを活用してみたいかがでしょうか。



身体を動かしながら行う
テレビゲーム



囲碁や将棋などの
テーブルゲーム



グランドゴルフなどの
スポーツゲーム



曲に合わせて指定の
動作を行うリズムゲーム
(ダンスなど)

POINT

- 難し過ぎるゲームよりも、ちょうど良い～少し難しいの難易度で行いましょう!
- 一人で行うよりもグループで行うとより効果があります!
- みんなが楽しめるゲームを選択しましょう!
- 続けることが大切です!

薬やくに立つ! くすりのコラム

File.43

エヌ エス ティ

NST 専門療法士の役割

つい最近まで放映されていた NHK の朝の連続ドラマ「おむすび」は管理栄養士さんが主役でしたが、その中で NST というチームが登場したことを覚えていますか?

NST は、患者さんの栄養状態を改善し、病気の回復や合併症の予防を目的とした医療チームで、当院にも存在しています。医師、管理栄養士、薬剤師、看護師など、多職種が協力して、患者さんの栄養状態を評価し、適切な栄養管理を行います。栄養というと管理栄養士を思い浮かべますが、食事からの栄養摂取が不十分で消化管を使用できない患者さんには点滴での栄養補給が必要となります。点滴といえば薬なので、薬剤師が活躍するわけです。

NST 専門療法士という資格は、栄養療法についてのスペシャリストです。看護師・管理栄養士・薬剤師以外にも多職種が取得できる資格です。

今回は、NST 専門療法薬剤師の役割を紹介します。

1 栄養療法における処方支援

- 栄養剤(医薬品)の選択
- 点滴の内容の提案
- 病気に応じた栄養剤の選択

2 栄養療法における適正使用

- 栄養療法に用いる機材の適正使用
- 栄養剤・健康食品と薬との相互作用(飲み合わせ)の確認
- 副作用の防止と対策

3 お薬の説明と在宅への連携

- 薬や点滴・栄養剤(医薬品)の患者さんやご家族への説明
- 退院時および在宅での栄養管理法の患者さんやご家族への支援

