



毎日の食事、重視したいのは…おいしさ？栄養？の巻き

人生の楽しみの一つともいえる日々の食事。みなさんは何を重視しますか。おいしさ？それとも栄養？消化のよいもの？今回は、患者さんやご家族、そして医療スタッフに治療しながらの食事において大事にしたいことを聞いてみました。立場の違う3者で、それぞれ何に重きをおいた食事をとるべきと考えているのか。入院中の食事や退院後の自宅での療養食…患者さんが食事を楽しめるヒントがそこに見えてきそうです。



千葉県がんセンターで7月末に開催した「夏のシャベットまつり」の際、患者さんやご家族、センター職員にアンケート調査を実施しました。その中に、「患者さんが食べる日々の食事で重視したいことはどのようなことか」という質問を組み込み、12項目の選択肢の中から3つずつ選んでいただきました。それぞれ数の多かった順に表にまとめました。

「おいしさ」は共通の条件

患者さん：「旬の素材」、「塩分少なめ」、「自分の好きなもの」 家族、医療関係者：「効率的に栄養がとれる食事」

三者で共通しているのは、「おいしさ」。どの立場であってもダントツの1位です。患者さんにおいておいしいと感じてもらえる食事作りは当然のことですね。続いて、第二位以下のランキングが興味深いです。患者さんの場合、「旬の素材」「塩分少なめ」、「自分の好きな食べ物」と続きます。男性と女性でも異なります。女性は「旬」、「好きなもの」、「塩分少なめの食事」、そして男性は「塩分少なめの食事」、「栄養を効率的にとる」「好きなもの」となっています。これに対してご家族や医療関係者の意見として「栄養を効率的にとれること」「飲み込みやすさ」が目立ちました。家族からは、患者さんが少量しか口にしないことや食ベムラがあることを不安に思う声も上がっています。医療関係者の回答には、患者さんからの意見として「かめない」「飲み込みづらい」といった声を入院中などに聞くことが多いことも反映されているようです。

■患者さんの毎日の食事で重視したいことは何ですか？

	患者さん			ご家族	医療関係者
	男性	女性	患者さん全体		
1位	おいしさ	おいしさ	おいしさ (51人)	おいしさ (30人)	おいしさ (31人)
2位	塩分少なめ	旬の素材	旬の素材(23人)、 塩分少なめ(同)	栄養の効率的な摂取 (26人)	飲み込みやすさ(18人)
3位	栄養の効率的な摂取	好きなもの	好きなもの(同)	塩分少なめ(23人)、旬の素材(同)	栄養の効率的な摂取 (16人)
4位	好きなもの	塩分少なめ		好きなもの(17人)	好きなもの(15人)
5位	旬の素材、消化によいもの	栄養の効率的な摂取	消化によいもの (16人)	消化によいもの (10人)	旬の素材 (12人)

(※H25年7月実施の「夏のシャベットまつり in 千葉県がんセンター」ケアフード試食会アンケートより。有効回答 220人)

在宅患者さんの食事、「家族が作る」が半数

同じアンケートの中で、患者さんの食事をだれが作ることが多いかと質問したのに対して、患者さんの半数に近い47%の方が、「家族の作ったものを食べている」と回答していました。多くの患者さんの食事作りは家族の腕に委ねられています。栄養的な要素はもちろん必要です。その上で、「旬の素材」や「好物」に配慮した一品を加えるお心遣いを添えていただけると、きっと患者さんと囲む食卓が今以上に楽しめるものになるのではないのでしょうか。

