

S.I 様 65 歳 男性 糖尿病・統合失調症

心筋梗塞や脳卒中のリスクも高い。

血糖値と中性脂肪の値は 180 台と 2 年前から 20~40 程上がっている。

運動の量も減ってきておりますが、食事の内容と摂り方の変化から、2 年前からは、
体重は減少傾向にあります。

【2 年前 110 kg→2024 年 5 月~10 月 104~106 kg】

【目的】

危機管理能力が低いこともあり、ご本人に現状を理解して頂き、受け入れてもらうと共に食習慣の改善とダイエットに取り組んで頂くことです。

【食事】

食事や食材は好き嫌が多く、調理だけでは調整が難しいと考え、こんにゃく米の提案をしました。

こんにゃく米は 6 月 11 日から使用していましたが、なかなか結果が出ない事に、ご本人は猜疑心を抱き、
8 月にはご本人が拒否をされ使用しておりません。

9 月から始めている、トマトとキャベツのサラダ、ゆで卵は継続できています。

味噌玉については、使用するのが面倒くさいと言われ使われず、器にセットすることも提案していますが必要ないと言われ受入難航しています。声掛けの継続をしています。

食事については和食中心にしており、調理した分は概ね、美味しいと言われ残されること少ないです。

冷凍はご飯 2 合を小分けにしたものを提供しております。

冷凍チャーハンについては現状一種類になっており、減らすもしくは買わない方向で考えております。

【体重】

体重はドクターから 100 kg 切るように言われていますが、減少せず停滞しております。

体重減少に至らなかった原因としてはヘルパー側で菓子パン等を購入してしまっていたこと、同時に外出もしなくなってしまったので、運動不足も重なった事が考えられます。

8 月中頃から菓子パン購入の対策は取れましたが、焼き芋とバナナの購入が始まっており、特にバナナは一気に食べてしまうので、食べ方の工夫が必要です。

【運動】

運動については廊下の往復回数も減ってきており、一時期は膝の痛みもあり、室内運動への意欲も減ってきています。

メンタル面での不調も見られ、痩せたい気持ちとは反して運動への意欲は下降気味です。

現状ではご本人のやりやすい方法を相談した上で、支援開始時すぐに廊下歩行、床の雑巾がけ、室内運動を実施しております。

買い物、洗濯、郵便物の確認等の外へ出る機会がある時は一緒に出ませんかと言掛けを実施しており、きっかけ作りをしております。

【今後】

一日三食の習慣をつけて服薬忘れも無いように習慣化することです。

焼き芋に関してはサラダやゆで卵と一緒に召し上がって頂き、1 食分とすることも検討しております。

食事の内容に関しては和食中心を継続、パン類、ジュースの購入はしない。

ご本人の趣向に合った野菜を少しでも多く摂ってもらう工夫をする。