腎臓病療養指導室

NEWS LETTER

No. 12

令和2年2月10日発行

第6回腎臓病教室のご報告

- ◆ 令和2年2月6日(木)に、ふたばホールにて開催しました。
- 今回のテーマ:「腎臓病食の献立の作り方」
- 15名の方に参加いただきました。



腎臓病食の献立の作り方

担当:

管理栄養士·腎臓病療養指導士 田中 奈美恵 (腎臓病療養指導室)



参加いただいた皆様に、ご自分に 合った献立の作り方を体験して いただきました。

調味料を足して料理にしてみると

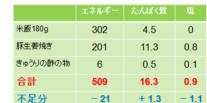
エネルギー530kcal 、たんぱく質15g、塩分2g

・生姜焼のたれ**10**g ・油5g

•マヨネーズ **5**g



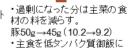












低タンパク質たんばく質御飯 180g(0.14) 3gのたんばく質 が追加でとれる。(+ 茹卵半分)





参加者のご感想

- ■いつも本当に分かりやすく丁寧に教えていただき、心より感謝しております。 今日も1人1人の1日の栄養必要量を計算して下さってお知らせいただき、感謝感激 しました!! 本当にありがとうございます。
- ■献立を立てるとなると計算して、厳密に数字を出して考えなければなりませんので、 本当に難しいと思いました。家ではとりあえず、具だくさんの薄味で料理を作って います。カロリーと蛋白質よくよく考えたら難しいですね。 腎臓病用の食品を使用したら、うまくバランスが摂れるという事が分かりました。
- ■個人指導、相談できたらうれしいです。



令和2年度 腎臓病教室予定

	日程	テーマ
第1回	令和2年 4月2日(木)	慢性腎臓病について
		腎臓病の食事について
第2回	6月4日(木)	腎臓病の検査値の見方(臨床検査部)
		適塩の考え方
第3回	8月6日(木)	腎臓病の薬(薬剤部)
		カリウムについて
第4回	10月1日(木)	腎臓病の運動療法(リハビリテーション部)
		たんぱく質の適切な摂り方
第5回	12月3日(木)	感染予防について(感染管理室)
		年末年始の過ごし方
第6回	令和3年 2月4日(木)	造影検査時の注意(<mark>放射線部</mark>)
		エネルギーの適切な摂り方

公益財団法人丹後中央病院 **主治医・外来スタッフにおたずねいただいても結構です。** TEL:0772-62-0791(代)