



M.U.NST NEWS 第7号

Mie university nutrition support team

必要栄養量の設定方法について

NST認定管理栄養士 宮村みさ子

定期的に栄養評価をして適切な栄養量の設定をしましょう！！
 大まかですが、最も簡便な設定方法をお示しました。

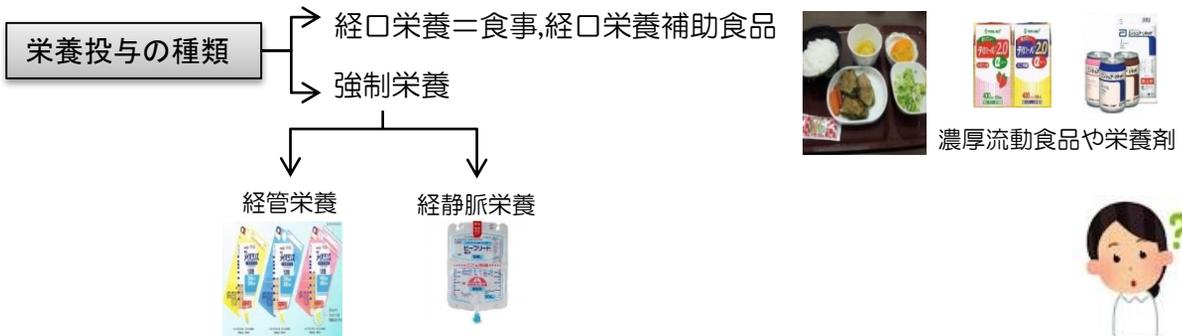
必要栄養量の推算方法

エネルギー (kcal) = 標準体重 又は現体重
 ×基礎代謝基準値×身体活動レベル×ストレス係数

たんぱく質 (g) ÷ 標準体重 又は現体重×1.0g/標準体重kg
 ※病態により×0.6~1.5g/標準体重kg

脂 質 (g) = エネルギー量の20~30%程度

※例えば、標準体重60kgの70歳男性、入院ベッド上安静、肺炎治療、38℃発熱では
 エネルギー：60×21.5×1.2×1.2÷1800kcal
 たんぱく質：60×1.0=60g
 脂質：1800kcal×25%×9/100÷50g と推算



何をどれだけ提供するか？
 どれだけ摂取できているか？

定期的に栄養状態
 (体重変化・栄養指標)を
 評価



その都度
 必要栄養量の
 見直しが必要です！

★NSTでは栄養量を毎週検討・再評価しています
 お困りの際は是非ご依頼ください！
 依頼方法はMINT他科依頼→NST です