

## 新規情報

ガイドラインの変更等により、栄養基準等の数値が変更されております。以下の表に関して最新の数値に更新いたしました。御確認のほどよろしくお願い申し上げます。

日本医療企画

2009年10月1日

## P.24 〈虚血性心疾患〉「栄養基準」

エネルギー	標準体重×25～30kcal/日	費 塩	6g/日 重症 2g/日 中等度 3～5g/日 軽症 7g以下/日
たんぱく質	標準体重×1.0～1.2g/日		
脂 質	エネルギーの20～25%		
炭水化物	エネルギーの60%	S/M/P比	3:4:3
水 分	重症 800～1000ml	アルコール	厳 禁
コレステロール	300mg以下		

## P.26 〈高血圧症〉「栄養基準」

エネルギー	標準体重を維持する。標準体重×25～35kcal/kg 身体活動レベル、運動習慣、現在の肥満度等を考慮して定める。減量する場合には1～2kg/月を目安とする。急激な減量はリ/ウンドしやすく、栄養障害を招く危険もある。		
たんぱく質	腎疾患、低栄養等がなければ、食事摂取基準(2005年版)の0.8～1.0g/kg/日を目安とする。		
脂 質	総エネルギーの20～25%未満。飽和脂肪酸・コレステロールを少なめにする。高血圧治療ガイドラインでは具体的な数値は示していないが、食事摂取基準(2005年版)では、次のように示している。 飽和脂肪酸 総エネルギーの4.5～7.0%未満 n-6系脂肪酸 総エネルギー10%未満 n-3系脂肪酸 50～69歳 男性/2.9g以上 女性/2.5g以上 コレステロール 300mg未満		
電 解 質	NaCl 6g/日 高血圧治療ガイドラインではK、Mg、Caの積極的な摂取が勧められる。具体的な数値は示されていないが、食事摂取基準(2005年版)では、次のように示している。 Mg 50～69歳 男性/350mg/日 女性/290mg/日 Ca 50～69歳 男性/700mg/日 女性/700mg/日 K 3,500mg/日		
食 物 繊 維	高血圧治療ガイドラインでは積極的な摂取を勧めているが具体的な数値は示していない。食事摂取基準(2005年版)では、次のように示している。 50～69歳 男性/24g/日 女性/19g/日		
アルコール	高血圧治療ガイドラインでは次の数値を示している。 エタノール 男性/20～30ml/日以下 女性/10～20ml/日以下 アルコールのおつまみは食塩、脂質の多いものがあるので注意を要する。		

P.27 〈欄外〉「成人における血圧の分類」

成人における血圧の分類

分類	収縮期血圧 (mmHg)	拡張期血圧 (mmHg)
至適血圧	<120	かつ <80
正常血圧	<130	かつ <85
正常高値血圧	130~139 または 85~89	
I度高血圧	140~159 または 90~99	
II度高血圧	160~179 または 100~109	
III度高血圧	≥180 または ≥110	
孤立性収縮期高血圧	≥140	かつ <90

(日本高血圧学会高血圧治療ガイドライン作成委員会、高血圧治療ガイドライン2009)

P.49 〈糖尿病腎症〉「指導のポイント」

糖尿病腎症

病期	総エネルギー (kcal/kg・日)	たんぱく質 (g/kg・日)	食塩 (g/日)	カリウム (g/日)	備考
第1期 (腎症前期)	25~30		制限せず**	制限せず	糖尿病食を基本とし、血糖コントロールに努める。たんぱく質の過剰摂取は好ましくない。
第2期 (早期腎症)	25~30	1.0~1.2	制限せず**	制限せず	
第3期-A (顕性腎症前期)	25~30	0.8~1.0	7~8	制限せず	
第3期-B (顕性腎症後期)	30~35	0.8~1.0	7~8	軽度制限	浮腫の程度、心不全の有無から水分を適宜制限する。
第4期 (腎不全期)	30~35	0.6~0.8	5~7	1.5	
第5期 (透析療法期)	35~40	1.0~1.2	7~8	<1.5	維持透析患者の食事療法に準ずる
持続式換 種型腹膜 透析(CAPD)	30~35	1.1~1.3	8~10	軽度制限	

\*標準体重 \*\*高血圧合併症例では6g/日以下に制限する (厚生省糖尿病調査研究班) (日本腎臓学会:糖尿病腎症に関する合同委員会報告, 2002(一部改変))

P.50 〈肥満症〉「栄養基準」

エネルギー	標準体重×20~25kcal/日	S/M/P比	3 : 4 : 3
たんぱく質	標準体重×1.1~1.2g/日	食物繊維	20~25g
脂質	エネルギーの20~25%	食塩	7~10g/日
炭水化物	100g以上		

P.60 〈腎炎・腎不全〉「栄養基準」

エネルギー	標準体重×27～39kcal/日	水分	多尿期 失われた量を補います (尿量+不感蒸散量+腎外水分量) 乏尿期・無尿期 前日の尿量+ 500～800ml
たんぱく質 ステージ1～2	腎炎で回復期にあり、たんぱく制限が必要でない場合 0.8～1.0g/kg/日		浮腫・高血圧がなければ制限しません
たんぱく質 ステージ3～4	慢性腎炎・慢性腎不全でBUNの上昇がみられる場合 0.8～0.8g/kg/日	カリウム ステージ3～4	2000mg/日以下、または1500mg/日以下に制限します
食塩	6g/日未満 浮腫・高血圧がみられる場合 3～5g/日	リン	尿中リン排泄量500mg/日以上 または血清リン値5mg/dl以上は制限します

※CKDのステージ分類により慢性腎臓病の食事療法基準に準じる。

P.62 〈腎不全〉「栄養基準」

エネルギー	標準体重×27～39kcal/日 維持する量 CAPDの場合にはこれから得られた量から灌流液分を引きます(300～600kcal程度)
たんぱく質	血液透析 DW(kg)×1.0～1.2g/日 CAPD 1.1～1.3g/kg/日
食塩	6g未満
水分	DW(kg)×15ml/日以下
カリウム	血液透析 2,000mg/日以下
リン	たんぱく質(g)×15mg/日以下

(腎臓病学会CKD診療ガイド, 2007)

P.70 〈妊娠高血圧症候群〉「栄養基準」

エネルギー	非妊娠BMI24kg/m <sup>2</sup> 以下の妊娠 30kcal×理想体重(kg)+ 200kcal 非妊娠BMI24kg/m <sup>2</sup> 以上の妊娠 30kcal×理想体重(kg) 予防には大切な妊娠中の適切な 体重増加が勧められる BMI<18kg/m <sup>2</sup> :10～12kg増 BMI<18～24kg/m <sup>2</sup> :7～10kg 増 BMI>24kg/m <sup>2</sup> :5～7kg増	水分	口渴を感じない程度の摂取が望ましい。 1日尿量500ml以下や肺水腫では前日尿量に500mlを加える程度に制限する。
		たんぱく質	理想体重×1.0g/日(予防には理想体重12～14g/日が望ましい)
		炭水化物	エネルギー50～60% 単純性炭水化物は制限する。
		脂質	エネルギー15～20% 動物性脂質は制限する。
食塩	6g/日(予防的には9g以下が勧められている)	カルシウム	900mg/日
		鉄	19.5g/日
		葉酸	340μg/日