

健康サポート薬局 情報発信の取組み スマート ライフロング プログラム

健康サポート薬局 活動報告

申請日: 2023 年 7月 14日

申請企業名	株式会社なの花東日本
開催店舗名	なの花薬局金町店
店舗住所	東京都葛飾区金町6-2-1ヴィナシス金町2階
催事名	健康相談会
開催日	2023 年 7 月 14 日
催事内容	<p>地域住民の方々に向けて健康相談会を月1回定期的に実施。今回は男性2名、対面で栄養相談対応を行なった。1名は糖尿病治療中の患者様。HbA1cが8.1%に上昇し、薬が増えたため、栄養相談を希望された。糖質、甘いもの、飲酒についての相談あり。食後血糖は夜になるほど高い。今後病院での栄養相談も受ける予定とのことで、現段階では主治医の治療方針は不明であったため、目標値は設定せず、食事バランスや食事療法の説明、血糖コントロール、食事内容による食後血糖値の違いについて説明した。食事量や間食、飲酒については病院での栄養相談時に相談していただくようお願いした。もう1名の方はうつ病治療中の方で、便秘や集中力の低下あり。現状の食事内容や生活リズムも踏まえて栄養相談を希望された。起床時間や1日のサイクルにより食事は日によって1日1-2食。食事バランス・栄養素・食品の説明、タンパク質のおかずを取り入れることを提案。一回の食事量は眠くならない程度に抑え、回数を増やして1日量を多くするよう説明。副菜は前回摂っていない野菜を選び、きのこ、海藻類、果物も取り入れることを提案。食事量の増加、水分摂取、食物繊維についても説明を行ない、便秘改善に繋がるか確認していく。</p>

活動写真	
------	--