



<もりクリニックの栄養相談室>



皆さま、はじめまして。もりクリニックの栄養士チームです。

ここではクリニックで行っている栄養相談についてご紹介させていただきます。



【どうして栄養相談を受けるの？】

腎臓病や生活習慣病(糖尿病、高血圧、脂質異常症など)は、食生活が予後に
関わる疾患です。改善に向けて少しずつでも取り組んでいただきたいことは、
食事療法と運動療法です。栄養相談で、現在の食生活を含む生活習慣を一緒に
見つめ直し、修正点があれば、二人三脚で改善していきます。

そうすることで、病状の悪化防止だけではなく、より健康な生活を目指していけると
思うのです。

【どんなことを相談できるの？】

個別でお話を伺わせていただくことにより、ライフスタイルに合わせた栄養量や食生活に対するアドバイス、食べ方や調理の工夫等についてのお話ができます。

- ① 普段の食生活を伺い、これまでの生活状況を把握させていただきます。
- ② 食事療法が必要な理由、また食事療法を実践することによって、どのような効果が得られるのかといったお話も分かりやすく説明させていただきます。
- ③ 病状にあった適切な食事の量と内容についてお話ししながら、今日から無理なく取り組める目標を一緒に考えていきます。
- ④ その後の取り組み状況などもその都度確認し、支援させていただきます。
1回のみ相談でも、もちろん可能です。

患者様によって食べる量や食べ方などは様々です。

血圧や血液検査データなどを参考に、先生とも相談しながら無理のないペースで改善を目指していきましょう！

食生活について不安なことや分からないことがあれば、些細なことでもお気軽にご相談ください。

