



# 2013年4月勉強会です！



## **3・4月：出てきたものは食べたもの！** **—排便のコントロールを経口・栄養から徹底的に考える—**

排泄障害、排泄ケアには大きく排尿の問題と排便の問題があります。日常、排泄ケアの現場にいますと、排尿よりも排便の問題の方が実際には深刻ではないかと思えます。

これは「尿路」という腎臓から膀胱・尿道までの経路に比較して、排便にかかわるのは、口から肛門まで、長い経路が切れ目なく関連していることによるのではないのでしょうか。排便は食事をして、食物が消化吸収され、栄養が体をきちんと働かせるためにわざわざ長い腸管を通過して、その結果の産物として生まれるものです。ですから、何を食べるのか？どうやって腸管を送っていくのか？どのように排出リズムを作るのか？ということを重視して生活をコントロールすることが重要なのですが、いまだに医療やケアの現場では「便秘即下剤」や、「下痢が続いても食事内容が変わっていない」などの問題が山積しているのではないのでしょうか？

今回はあらためて食べたものがどう排便に関係してくるのか、追求します。

### 【日時・場所】

4月21日（日） 13時半～16時半

名古屋大学医学部臨床研究棟(1号館) 地下会議室

### 【講師】

中東真紀先生 鈴鹿医療科学大学 保健衛生学部 医療栄養学科



**\*みなさんの職場のお仲間もたくさんお誘い合わせてきてください。ご質問もお待ちしています。**

- ・ 会員は勉強会参加に関しては、何度の受講においても無料です。
- ・ 非会員の方でも1000円で聴講が可能です。

