



# 臨床栄養学各論 I

## 第11講

本講座は管理栄養士課程の必須科目ですので、  
頑張って学修しましょう。

**注意！**

この講座の複製および二次配信を禁止します。  
厳守してください。

万一複製や再配布をした場合、著作権法違反になります。

# 糖尿病 (Diabetes Mellitus;DM)

## 食事療法▶T<sub>xp</sub>47~

### 目的

良好な血糖コントロールを維持し、\_\_\_\_\_予防  
\_\_\_\_\_と同様な生活を確保

### 原則

- ①適正な\_\_\_\_\_摂取
- ②\_\_\_\_\_のとれた食事
- ③\_\_\_\_\_食習慣

# 糖尿病 (Diabetes Mellitus;DM)

## 食事療法▶Txp48

栄養基準 (IBW= [身長(m)]<sup>2</sup> × 22)

|                   | 軽労作        | 中労作 | 重労作 |
|-------------------|------------|-----|-----|
| Ene (kcal/kg・IBW) |            |     |     |
| Pro (g/kg・IBW)    |            | (~  | %E) |
| Fat (%E)          |            |     |     |
| Car (%E)          |            |     |     |
| ビタミン              | 食事摂取基準に準ずる |     |     |
| ミネラル              | 食事摂取基準に準ずる |     |     |
| 食物繊維 (g/day)      |            |     |     |

# 糖尿病 (Diabetes Mellitus;DM)

## 食事療法

### たんぱく質

\_\_\_\_\_の高い食材を確保する

ex) \_\_\_\_, \_\_\_\_, \_\_\_\_類などの\_\_\_\_性食品+\_\_\_\_から  
\_\_\_\_\_確保

# 糖尿病 (Diabetes Mellitus; DM)

## 食事療法

### 脂質

\_\_\_\_\_の確保, \_\_\_\_\_の吸収に必要な  
\_\_\_\_\_確保

ただし、25%Eを超える場合は\_\_\_\_\_組成に注意

↓  
S:M:P = \_ : \_ : \_

# 糖尿病 (Diabetes Mellitus; DM)

## 食事療法

脂質 S:M:P = \_ : \_ : \_

S

M

P

# 糖尿病 (Diabetes Mellitus; DM)

## 食事療法

### 炭水化物

体たんぱく質\_\_\_\_、筋肉\_\_\_\_を予防

脂肪燃焼による\_\_\_\_\_を予防

➡糖質\_\_\_\_\_確保

ただし、\_\_\_\_\_（単糖類，二糖類）に注意

ex) 砂糖，果糖

単純糖質は\_\_\_\_\_しやすい

果糖は血糖値が\_\_\_\_\_しにくい

# 糖尿病 (Diabetes Mellitus;DM)

## 食事療法

### 次回

ビタミン・ミネラルを学んだあと  
具体的な食事量を学びます。

**食品交換表**を持参してください。