

管理栄養士との面談

管理栄養士に相談することは、あなたの栄養の目標を達成し、最良の栄養指導を受けるために役立ちます。この資料では管理栄養士との面談の予約方法、管理栄養士の探し方、初回面談の内容について説明します。また、あなたが管理栄養士と協力して、どのようにしたらニーズに合った最良のケアを受けられるようになるかを説明します（米国の情報です）。

管理栄養士はどのように探せばよいですか？

管理栄養士の予約を取るには、いくつかの方法があります。

- **かかりつけの医師に相談する。**多くの医師は自分の病院や地域の栄養士を知っています。かかりつけ医と連携している管理栄養士に相談することで、その人のニーズにあった最善のケアを受けることができます。
- **友人に栄養士を推薦してもらう。**管理栄養士に相談する理由は人それぞれです。あなたの友達や知人の健康管理を手伝っている管理栄養士を紹介してもらえないか聞いてみましょう。
- **Academy of Nutrition and Dietetics のホームページで栄養士を探す（米国の情報です）。**Academy of Nutrition and Dietetics のウェブサイトから、栄養士を探すことができます。www.eatright.org にアクセスしてください。そして右上の「管理栄養士を探す」ボタンをクリックします。そこから、郵便番号や専門分野で管理栄養士を検索することができます。

栄養士面談をどのように予約すればいいですか？

管理栄養士面談をかかりつけ医に相談すれば、**管理栄養士の予約をとることができます。**医師に管理栄養士への紹介状を送ってもらいます。また、管理栄養士に連絡して、紹介状を受け取ったことを確認し、予約のために他に必要な書類があるかどうかをたずねます（米国の情報です。日本では、医師の指示に基づき、管理栄養士が栄養指導を行います）。

医療保険は適用されますか？

（米国の情報です）

（日本では、医師の指示に基づき管理栄養士が行う栄養指導は保険適応です）

保険会社に電話をして、保険が適用されるかどうかを確認することをお勧めします。

保険会社に電話する際には Medical Nutrition Therapy の給付についてたずねてください。**あなたが民間の医療保険に加入している場合、**体重増加、体重減少、糖尿病、高血圧、高コレステロール、食物アレルギー、経管栄養など栄養に関する多くの問題に対して医療保障を受けることができます。

メディケイドに加入している場合は、州によって適用範囲が異なります。

メディケアに加入している場合は、糖尿病、慢性腎不全、末期腎不全のみがカバーされます。

知っていましたか？

管理栄養士は栄養士とは異なります。あなたは**管理栄養士**の指導を受ける必要があります。管理栄養士は医療と栄養に関するアドバイスを確実に行うことができる真の専門家です

管理栄養士には、名前の後に **RD** または **RDN** という文字が付いています。これらの文字は、その人が栄養学の大学を卒業し、栄養学の国家試験に合格していることを意味します。また、その人が、さまざまな栄養や医療上のニーズを持つ患者を担当してきたことを意味します。

栄養士は、管理栄養士のようなトレーニングや教育を受けているわけではありません。栄養士は、名前の後に RD や RDN が付かないことがよくあります。

初診では何が行われるのですか？

初診では、管理栄養士があなたについて質問します。また、あなたの食習慣や栄養目標についてもお聞きします。

その後、管理栄養士はあなたが栄養計画を立てるお手伝いをします。栄養計画は、あなたの食べ物の好き嫌い、ライフスタイル、健康状態などを含めて作成されます。

初診日から1週間の間に、いくつかの小さな目標を決めて取り組んでいきます。最後に、管理栄養士から次の予約について説明があります。定期的に管理栄養士と会うことで、より良い栄養目標を達成することができます。

ダウン症のある人の栄養を専門にする管理栄養士はいますか？

はい、しかし、管理栄養士はダウン症のある人の栄養を専門とする必要はありません。というのも、ダウン症のある人の栄養は、ダウン症でない人の栄養と似ているからです。

ダウン症のある人の栄養を専門とする管理栄養士の多くは、ダウン症プログラムで働いています。彼らは、Mass General Hospital for Childrenのチームのような医療チームの一員として患者を診ています。

ダウン症の人の栄養を専門とする管理栄養士に診てもらいたい方は

ダウン症のある人の栄養を専門にする管理栄養士に会いたいなら Joan Medlen, MEd, RD, LDN をお勧めします。彼女はオレゴン州を拠点としていますが、遠距離で自費による栄養サービスを提供することができます。あなたの保険は、遠隔栄養サービスをカバーしない場合があります。

Joan の遠隔栄養サービスについては、以下を参照してください。

www.downsyndromenutrition.com/services/distance. (米国の情報です)

管理栄養士とどのように取り組めばよいですか。

管理栄養士と一緒に取り組んでいくことは、あなたが最高の栄養ケアを受けるための良い方法です。以下は、管理栄養士と協力するためのヒントです。

- **管理栄養士にあなたの健康に関する情報を提供する。**そうすることで、管理栄養士はあなたのニーズをより深く理解することができます。
- **ダウン症のある子どもによく見られる次のような病状がある場合は、管理栄養士に伝えてください。**例えば、甲状腺機能低下症、セリアック病、睡眠時無呼吸症候群などです。
- **どのようなケアをすればよいのか管理栄養士からあなたに質問する機会を提供してください。**管理栄養士に、「より良いケアのために、私が答えられる質問はありますか？」ときいてください。
- **あなたの長所や学習スタイルを共有しましょう。**こうすることで、管理栄養士は、あなたが最も好きな方法、または最もよく学ぶ方法でケアを提供することができます。あなたは例えば、「このカラフルな資料が好きです。資料で勉強する方法が一番わかりやすいです。」と言えばいいのです。
- **ダウン症プログラムを通じて栄養士に会う場合は、万が一に備えて連絡先を自宅に近い管理栄養士と共有してもよいかどうか尋ねてみてください。**そうすることで、質問がある場合に自宅に近い管理栄養士がダウン症プログラムの管理栄養士に連絡することができます(米国の情報です)。

知っていましたか？

ダウン症のある子どもとそうでない子どもに必要な栄養は似ています。主な違いは、ダウン症のある子どもは、基礎代謝量がやや少ないことです。つまり、食べ物の消化がダウン症でない子どもたちよりも少し遅いのです。

管理栄養士に、「私の子の基礎代謝量は、ダウン症ではない子どもより10%低いです。」と伝えることで、管理栄養士は最善のケアをすることができます。

