



# 栄養治療センター通信



発行:東邦大学医療センター大森病院 栄養治療センター  
編集委員:平澤、山崎、清水、田中、鈴木、石井、長岡、加藤、間谷、鷺澤

Vol.012  
2021年7月発行



## 今月のテーマ:高血圧食の廃止、心臓病食の変更について



皆さん、当院の食事基準において高血圧食(食塩7g以下)は、2021年5月10日にて廃止となったこと知っていましたか？

### 主な変更点について

- ①高血圧食(食塩7g以下) 1500kcal, 1700kcalの廃止
- ②心臓病食(食塩6g未満)に1700kcalを追加し、1200kcal, 1500kcal, 1700kcalの3種類を提供

### 廃止となった理由は？

日本人の食事摂取基準★の食塩摂取目標量が改訂されたことにより制限のない一般常食の場合であっても、過剰とならないための目標食塩量が8.0g未満となり、高血圧食と比較しても献立内容に差が無くなってきたことが理由として挙げられます。

### 心臓病食に1700kcalを追加した理由は？

従来 of 心臓病食において1700kcalの設定がない為、高血圧食を選択せざる得なかった背景より追加となりました。

### ★日本人の食事摂取基準とは？

厚生労働省が健康な個人及び集団を対象として、国民の健康の保持・増進、生活習慣病予防のために参照するエネルギー及び栄養素の摂取量の基準を示すもので、5年ごとに改定しており、病院食はこの基準を考慮しています。

表1 日本人の食事摂取基準改定に伴う食塩目標量の推移

日本人の食事摂取基準	食塩目標量(g/日) 成人男性	食塩目標量(g/日) 成人女性
2010年	9.0g/日未満	7.5g/日未満
2015年	8.0g/日未満	7.0g/日未満

### 高血圧治療ガイドラインによる食塩目標量

食塩6g/日未満を目標とした減塩により有効な降圧が得られ、脳心血管病イベントの抑制が期待できることから高血圧治療ガイドラインにおいても減塩目標値は6g/日となっています。WHOの一般向けガイドラインでは、食塩5g/日未満が強く推奨されていますが、多くの国では日本同様に食塩6g/日未満としているガイドラインが多くなっています。



いつも栄養管理業務にご高配賜い厚く御礼申し上げます。  
血圧管理の為に厳格な食塩制限が必要な場合におかれましては、心臓病食を選択し、不要な場合には常食の選択をして頂くよう何卒宜しくお願い致します。  
また、心臓病食であれば、特別食加算も算定することができますので、併せて選択いただきますようお願い申し上げます。

担当:管理栄養士 五月女 祐一