



## 身長・体重測定の一必要性

### 《ハリス・ベネディクトの計算式》

必要エネルギー量 = 基礎エネルギー (BEE) × 活動係数 × ストレス係数

男性:  $BEE = 66.47 + (13.75 \times \text{体重}) + (5 \times \text{身長}) - (6.78 \times \text{年齢})$

女性:  $BEE = 655.1 + (9.56 \times \text{体重}) + (1.85 \times \text{身長}) - (4.68 \times \text{年齢})$

### 《簡易計算式》 $25 \sim 30\text{kcal} \times \text{体重}$

※簡易計算式は、年齢や病態によって変わりますので各ガイドラインをご参照ください。

(例: 血液透析  $30 \sim 35 \times \text{体重kg}$ 等)

#### 活動係数

1.0 ~ 1.1 (寝たきり) 1.2 (ベッド上安静) 1.3 ~ 1.4 (ベッド外活動あり) 1.5 ~ 1.7 (一般活動)

#### ストレス係数

0.6 ~ 0.9 (飢餓状態) 1.2 ~ 1.3 (癌、COPD、発熱、感染症、敗血症など)



〈例〉 身長158cm 体重55kg 79歳女性 寝たきり肺炎で発熱のある患者さんでは…

女性  $BEE = 655.1 + (9.56 \times 55\text{kg}) + (1.85 \times 158\text{cm}) - (4.68 \times 79\text{歳})$   
 $= 1103.48\text{kcal/day}$  (基礎エネルギー量)

1日の必要カロリー:  $1103.5 \times 1.0$  (活動係数)  $\times 1.3$  (ストレス係数)  $= 1434.5\text{kcal/day}$

以上のことから **栄養管理において身長・体重測定は大変重要です。**

入院時に栄養障害のスクリーニング・評価を行うことで栄養障害の高い患者さまには早期にNSTが介入し栄養状態の改善と悪化の予防をすることが可能になります。身長・体重といった身体測定値は栄養障害を評価する上で基本的かつ重要な指標ですので**入院されたらまず身長・体重計測を行ってください。**

またベッドで体重測定が困難な場合は火・木・土曜日の午後に透析室のベッドで測定してください。

NSTへのお問い合わせは栄養管理部またはリンクナースへ  
(栄養管理部PHS: 913・695)