

私の身長: \_\_\_\_\_ m 私の体重: \_\_\_\_\_ Kg

BMI:  $\text{体重} \div \text{身長} \div \text{身長}$  ( \_\_\_\_\_ Kg)  $\div$  ( \_\_\_\_\_ m)  $\div$  ( \_\_\_\_\_ m)

日本人の正常とされる範囲 BMI:: 18.5~25

私の 18.5:  $18.5 \times$  ( \_\_\_\_\_ m)  $\times$  ( \_\_\_\_\_ m)

私の 25:  $25 \times$  ( \_\_\_\_\_ m)  $\times$  ( \_\_\_\_\_ m)

およその必要カロリー:  $\text{体重} \times 30$  ( \_\_\_\_\_ Kg)  $\times 30 =$  ( \_\_\_\_\_ )Kcal/日

# 1日必要カロリー

59



Activity Factor : 活動度に応じて 1.0 ~ 1.8

安 静	→	1.0
歩行可能	→	1.2
労 働	→	1.4 ~ 1.8
(軽度: 1.4, 中等度: 1.6, 重度: 1.8)		

1日必要カロリー (kcal/日) =

**BEE × Activity Factor × Stress Factor**

基礎エネルギー消費量 (BEE) の算出: Harris-Benedict の式

男性: $66 + (13.7 \times \text{体重 kg}) + (5 \times \text{身長 cm}) - (6.8 \times \text{年齢})$
女性: $655 + (9.6 \times \text{体重 kg}) + (1.7 \times \text{身長 cm}) - (4.7 \times \text{年齢})$

Activity Factor=1.0 ~ 1.8

Stress Factor=1.0 ~ 2.0



Stress Factor : 重症度に応じて 1.0 ~ 2.0

- ・術後 3 日間
  - 軽 度: 1.2 → 胆嚢・総胆管切除, 乳房切除
  - 中 等 度: 1.4 → 胃全摘, 大腸切除
  - 高 度: 1.6 → 胃全摘, 胆管切除
  - 超高度: 1.8 → 脾臓十二指腸切除, 肝切除, 食道切除
- ・臓器障害 → 1.2+1 臓器につき 0.2 ずつ up (4 臓器以上は 2.0)
- ・熱 傷 → 熱傷範囲 10%ごとに 0.2 ずつ up (Max は 2.0)
- ・体 温 → 1.0°C上昇→ 0.2 ずつ up  
(37°C:1.2, 38°C:1.4, 39°C:1.6, 40°C以上:1.8)