

# BMI 解釈 5 分フロー

BMI は入口。推移・体液・筋量・機能を足して、次の一手を決める A4 シートです。

患者 ID	評価日
評価者	場所

使い方：BMI → 体重推移 → 体液の交絡 → 筋量 / 機能 → 次アクション の順に確認し、単発値だけで結論を出さない。

## 注意場面

浮腫で体重増

脱水で短期低下

普通 BMI でも筋量低下

推定身長で誤差

### 1 STEP

#### BMI を算出して入口をそろえる

- ・身長は実測か推定かを記載
- ・体重と BMI を同日に確認
- ・基準日をそろえて記録する

数値

### 2 STEP

#### 体重推移をみて単発値を補う

- ・1週 / 1か月 / 3-6か月で比較
- ・食事量や摂取低下も併記
- ・増減の期間を必ず残す

推移

### 3 STEP

#### 体液の交絡を先に除外する

- ・浮腫・脱水を先に疑う
- ・点滴 / 利尿 / 透析の有無
- ・呼吸苦や圧痕も確認する

所見

### 4 STEP

#### 筋量と機能を足して解釈する

- ・握力 または CC を追加
- ・歩行・立ち上がりも確認
- ・普通 BMI でも安心しない

追加

### 5 STEP

#### 次アクションと再評価を決める

- ・栄養連携の要否を決める
- ・運動負荷と観察点を残す
- ・再評価日を設定する

計画

## 見落とし防止チェック

- 単発 BMI だけで結論を出していない
- 浮腫 / 脱水 / 治療背景を確認した
- 身長の測定法を固定して記録した
- 握力 or CC などを 1 つ足した
- 次アクションと再評価日を決めた

## 再評価・連携メモ

---

---

---

---

---