

演題「サービス付高齢者住宅に入居する高齢者への中鎖脂肪酸摂取による認知機能、低栄養改善の試み」

【目的】

中鎖脂肪酸が認知症の症状改善、低栄養改善に有効との報告がありサービス付高齢者住宅において食事介入での改善を試みた。

【方法】

同意を得られた4名について中鎖脂肪酸を夕食時に1回10CCずつ週に4日、5週間(20日間)食事に添加し摂取した。摂取前と後に長谷川式簡易知能スケールHDS-Rと時計描画検査CDTを行い認知機能を検査、周辺症状、日常生活動作等を施設介護者に聞き取り調査した。対照として長鎖脂肪酸添加も20日間行った。発語・会話、意欲、食事や排せつ介助の程度、感情面での変化を施設職員、デイサービスの職員から聞き取った。

【結果】

HDS-Rの結果はA氏:中鎖脂肪酸摂取前8→摂取後11→長鎖脂肪酸摂取後14、B氏27→28→27、C氏11→17、D氏11→8であった。(C氏、D氏は長鎖脂肪酸摂取後の検査は入院の為未実施)A氏、C氏で上昇。B氏はあまり変化なし、D氏はやや下降していた。CDTの結果はA氏6→8.5→7、B氏6.5→8.5→9、C氏0.5→0.5、D氏1.5→0であった。A氏、B氏では改善傾向がみられた。C氏は変化なし、D氏は下降していた。A氏はHDS-R、CDT上昇とともに周辺症状に顕著な変化が見られた。施設介護者によると思考回路がついてきたという印象で、周囲の人とコミュニケーションをとる意欲がみられ会話が増えた。家族様は以前より会話が増え意思疎通ができるようになったと喜ばれていた。

【結論】

4名中3名で認知機能検査で上昇がみられ、うち一名では周辺症状が目に見えてよくなっていた。周辺症状がよくなることは報告されているがそれにより介護者の負担が軽減することは非常に意義深いと言える。今回中鎖脂肪酸添加は認知機能、周辺症状の改善に有益である可能性が示唆された。薬剤服用は抵抗のある方も多いが食事に中鎖脂肪酸を添加する方法は簡便でエネルギーアップにも有効であるため、今後も調査方法の検討を重ね引き続き調査していく予定である。

演題「病的および健全やせの概念・特徴と健康管理と指導における意義」

【目的】

BMI18.5未満をやせ、20未満をやせ傾向とすると、改善・指導を要する病的やせと、健康維持上問題の無い有利な健全やせに気づき、その特徴について検討した。

【方法】

企業(給食サービス会社事業所)健診、生活習慣病センター外来受診者を対象に、やせ(BMI20未満)を問診、尿・血液検査、所見他から、健全やせを抽出し、特徴について評価した。

【結果】

企業健診では、傾向を含むやせは、26%(25/97)で、問診と一部血液検査で、病的所見がない場合、体力増強を目標に、運動習慣達成を指導した。外来では、傾向を含むやせは、17名該当し(糖尿病8名 HbA1c7.5%以上除外、高血圧5、脂質異常症3を含む)、服薬例も含むが、特徴としてHDL-chol(70.7±4.4、M±SE mg/dl)高値、糖尿病からIGTへの改善、IGTから糖尿病への進展長期なしや延長などの特徴が見られた。1例として、(HbA1c 6.3%、FBS 126)、1年後4kg減(BMI:16)、HbA1c 5.9%へ改善、cookie meal 負荷 75g耐糖能検査でインスリン抵抗性指数(AUCIXAUCG)は、軽度増加のみであった。以前の我々の成績では、1128名の非糖尿病例中、BMI 20未満のインスリン抵抗性は(ソマトスタチン使用 SSPG 法)BMI 20以上例に比し明らかに低く、生活習慣病の基本病態であるインスリン抵抗性が寡少、服薬も少なく、多くの疾患を含む多様性インスリン作用不全症候群(原納ら)に罹病しにくい利点を有する。出産希望又は可能女性では出生児の健康管理の面から、成長期男女については体力健康増進の面から健全やせは適応しない。

【結論】

体重体型がやせであっても病的でなく、自身の希望する活動に支障ない場合、HDLも高値で生活習慣病の基本病態であるインスリン抵抗性が最小に保たれる利点があり、健康長寿が期待される。