

A-140 女子学生の摂食状況と貧血および食事療法の効果について
梶山女大家政 伊東祥 ○松谷康子 鈴木順子 杉浦基子

数年来私共は高血圧地区住民の栄養摂取状態と高血圧との因果関係など種々の調査を行ってきたが、高血圧群に対する対照群の一として本学学生の摂食状況についても同様な調査と施した。そして女子学生の栄養摂取状態が毎年他の対照群よりも極めて貧弱であることに気がついた。そのような摂食状況では、当然、学生の栄養並びに健康状態が憂慮されるので、この実態調査を行う必要性を痛感した。以上が表題の研究を行った動機である。

方法 (1)健康・栄養調査：内科的検診、臨床検査(主に血液と尿検査、血圧測定)、身長・体重測定 (2)アンケート記入様式による栄養摂取状況および生活時間調査(6日間) (3)診断により発見された貧血者に対しては食事療法と食事指導を行い、再度検診の結果貧血の治療の有無を調べた。対象は現在のところ本学学生の主に4学年生約92人である。

結果 (1)健康状態に関しては、貧血症若しくは血清鉄が正常範囲以下の学生が全被検学生の凡そ22.8%の高率を占めた。栄養状態(身長・体重より種々の指数計算による判定方法)で明らかに言えることは、平均して貧血者群が正常者群より劣ることであった。(2)栄養摂取状況では、貧血学生の栄養素摂取量平均パターンは正常学生のそれよりも量的にも質的にも更に劣っていた。(3)貧血と診断された学生に対しては、1週間治療食を供した後引き続き食事指導を行い、2~3ヶ月を経過してから再び血液検査を行って貧血の治療の有無を調べた。その結果、貧血学生の70%に貧血の快癒が確認されたことから、予想以上の食事的効果があることが判明した。このことは、青年女子の場合に軽症の貧血が起り易いこと、食事的影響因子が貧血の発症にかなりの重要性をもつて充分考慮されることが示唆される。